என்றும் உங்களுடன்

புத்தகம்-1

மங்கையர் மலர்

லை 2009

258 பக்கங்கள் ரூ.20/-

MANGAYAR MALAR

3 புத்தகங்கள்

ணைப்பு

ட்டி

ாணை

மையல்

64!

கிராமியச் சிறப்பிதழ்!

இதயத்துக்கு இனி இல்லை தொல்லை !



EECP - அறுவை இல்லா பைபாஸ் சிகிச்சை

Neomed Hospital

Non-Surgical Treatment Center for Angina,
Heart Attack & Heart Failure Problems
(In Technical Collaboration with Arterial Disease Clinic (ADC) England)

வந்துவிட்டது. அறுவை இல்லா பைபாஸ் சிகிச்சை. அறுவை சிகிச்சை இன்றி நெஞ்சுவலி, மாரடைப்பு, இருதய பலவீனம் போன்ற பிரச்சனைகளை போக்கும் அற்புத மாற்று சிகிச்சை **E.E.C.P (Enhanced External Counter Pulsation)** / கிலேசன் சிகிச்சை **(Artery Clearance Therapy).** அமெரிக்கா, ஜெர்மனி போன்ற 26 நாடுகளில் வெற்றிகண்ட இந்த அறுவை இல்லா இயற்கை பைபாஸ் சிகிச்சையினால் சுமார் 18.5 லட்ச மக்கள் பயன் அடைந்துள்ளனர். இ.இ.சி.பி சிகிச்சை அமெரிக்காவில் உள்ள **Food and Drug Administration (FDA)** அங்கீகாரம் பெற்றுள்ளது. இச்சிகிச்சை முறை தற்போது இந்தியாவில் பல முன்னிலை மருத்துவமனைகளில் அறிமுகப்படுத்தப் பட்டிருக்கிறது.

ஓஸோன் / கிலேசன் சிகிச்சை சிக்கல் இல்லாதது. ஆனால் சிக்கனமானது. இந்த சிகிச்சைகள் மூலம் மேலும் **Stroke, Chronic Backpain, Parkinsonism, Cancer, Diabetic Gangerene and Foot Ulcers** போன்ற நோய்களும் குணமாக்கப்படுகிறது. இதய சம்மந்தப்பட்ட நோய் உள்ளவரா நீங்கள்? தயக்கமின்றி நியோமெட் வாருங்கள். இ.இ.சி.பி / ஓஸோன் / கிலேசன் சிகிச்சை மூலம் நிவாரணம் பெற்று நிம்மதியுடன் வாழுங்கள்.

- 70% - 100% வரை இதய அடைப்புகளுக்கு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது.
- வலி இல்லை.
- அறுவை சிகிச்சை இல்லை.
- நீண்ட நாட்கள் மருந்து இல்லை.
- மருத்துவமனையில் தங்கி சிகிச்சை பெற வேண்டிய அவசியம் இல்லை.



NEOMED HOSPITAL
CARE FOR BETTER LIVING

Timing : Weekdays 9 am to 6 pm. Sunday Holiday

NUCURA-PEMF மூலம் நவீன சிகிச்சை



- நாள் பட்ட மூட்டுவலியா ?
- மூட்டு தேய்மானமா ?
- இடுப்பு வலியா ?
- கழுத்து வலியா ?
- தோள்பட்டை வலியா ?

கவலை வேண்டாம் அறுவை இல்லா NUCURA-PEMF மூலம் நவீன சிகிச்சை

Trichy : No. 52, Central Bazaar Street, Tennur, Trichy. Ph : 0431-2791051, 2791052.
Chennai : 2181, L-Block, 12th Main Road, Anna Nagar, Ph : 044-2620 1147 / 2620 0882. Fax : 2620 0631
Madurai : 11, Lakeview Road, Opp. Sundaram Theatre, K.K. Nagar, Ph : 0452-2581414, 2581515.
Salem : 127 / 1, Varalakshmi Towers, Gandhi Road, Ph : 0427-2311818, 2311819.

www.neomedhospitals.com

கிராமியச் சிறப்பிதழ் பக்கங்கள்!



ரூ.5,000 பரிசு

ஆன்மிகப் போட்டி 57



148



பெப்பர் பாப்கார்ன்!



97

ஆல் இன் ஒன் சமையல்!

முதலில் படிக்க

குஷி பக்கங்கள்

மனதில் நிற்கும் தொடர்கள்

சமையல்





அட்டையில் : சுகன்யா

படம் :

அபிராமி கலர் லேப் ஏ.ஜானகிராமன்







...வீர் மாத இதழ்!

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

மலர் : 29 இதழ் : 6 ஜூலை 2009



முழுமையான உடல் மற்றும் முகம் மறுசீரமைப்பு சிகிச்சைகள்

பிளாஸ்டிக் அறுவை சிகிச்சை நிபுணர் மற்றும் அழகு சிகிச்சை நிபுணர் வழங்கும் இலவச ஆலோசனை

கரும்புள்ளிகள் அகற்றுதல்
மரு நீக்குதல்
(Hair Transplantation) வடு நீக்குதல்
முடி மாற்றி அமைத்தல்
(Laser) லேசர் முறையில் பொலிவாக்குதல்
இரசாயன முறையில் பொலிவாக்குதல்
மைக்ரோ டெர்மாபரேசன்
(Botox) பொட்டாக்ஷ்
(Filler) ஃபில்லர் இன்ஜெக்ஷன்ஸ்
லேசர் மூலம் முடிநீக்குதல்
தெர்மேஜ்
(Tattoo Removal) உடல் ஓவியம் அகற்றுதல்

வயிற்று கொழுப்பை அகற்றுதல்
தொப்பை மடித்தல் (Tummy Tuck)
ஆண்களுக்கு மார்பகக் கொழுப்பை அகற்றுதல்
தேவையற்ற கொழுப்பை நீக்குதல் (Liposuction)
மார்பகம் பொருத்துதல்
மார்பகம் சரி செய்தல் (Breast Reconstruction)
மார்பகம் சிறிதாக்குதல்
தாடை பொருத்துதல்
முகம் சரி செய்தல்
நெற்றி சுருக்கம் நீக்குதல்
உதடு பிளவு சரி செய்தல்
மேல் வாய் பிளவு சரி செய்தல்





VEECARE HOSPITAL

caring hands @ 044 - 42945454

எண்:106, ஜவஹர்லால் நேரு சாலை, (கோயம்பேடு ஜங்ஷன் அருகில்) திருமங்கலம்,
அண்ணா நகர், சென்னை - 600 040. போன் : 044-42945454

சமீபத்திய நாளிதழின், அடுத்தடுத்த பக்கங்களில் நான் கண்ட இருவேறு செய்திகள் என்னை மிகவும் பாதித்தன.



கூடலூர் காட்டுப் பகுதியில் சுற்றித் திரிந்த

ஒரு வார்த்தை!

கர்ப்பிணி யானை ஒன்று, குறைப்பிரசவத்தில் ஓர் ஆண் குட்டியை ஈன்றது. யானைக் குட்டி இறந்தே பிறந்ததால், அசைவற்றுக் கிடந்திருக்கிறது. அதைப் பார்த்து அதிர்ச்சியடைந்த தாய் யானை, குட்டியின் உடலைத் தூக்கிக் கொண்டு, பயங்கரமாகப் பிளிறியபடி, அந்தப் பகுதி முழுவதும் வெறிபிடித்தது போல் ஓடியது. குட்டியைத் தடவித் தடவிப் பார்ப்பதும், சுற்றிச் சுற்றி வந்து எழுப்ப முயற்சிப்பதுமாக, பல மணி நேரங்கள் கண்ணீர் விட்டுத் துடித்த அந்த யானையை சகயானைகள் ஒருவாறாகத் தேற்றி, அழைத்துச் சென்றன. குட்டியின் உடலை அங்கேயே போட்டு விட்டு, வேதனையுடன் அந்தத் தாய் யானை காட்டுக்குள் சென்று மறைந்ததாம்!



சென்னை புளியந்தோப்புப் பகுதியைச் சேர்ந்த ஆட்டோ டிரைவர் சலீம். இவரது செல்ல மகள் யாஸ்மின். வில்லிவாக்கத்திலுள்ள பள்ளியில் பத்தாம் வகுப்பு படித்து வந்தார். பதினைந்தே வயதான யாஸ்மினுக்கு இஸ்மாயில் என்ற இளைஞரு டன் காதல்!

இந்த விஷயம் சலீமுக்குத் தெரியவே, மகளைக் கண்டித்திருக்கிறார்; சூடுபோட்டு தண்டித்திருக்கிறார். ஆனாலும் யாஸ்மின் காதலை கைவிடுவதாக இல்லை. அப்பாவின் கெடுபிடிகள் அதிகமாகவே, காதலனுடன் வீட்டை விட்டு ஓடிவிட்டார்!

மகளைக் காணாமல் பதறிப்போன சலீம், நாள் முழுக்க சோறு, தண்ணீர் இல்லாமல் பைத்தியமாக அலைந்து ஊரெங்கும் தேடியுள்ளார். கடைசியில் கண்டுபிடித்து, வீட்டுக்கும் அழைத்து வந்து விட்டார். நள்ளிரவில் மீண்டும் இருவருக்குமிடையே வாக்குவாதம் ஏற்படவே, "காதலனை மறக்கச் சொல்லிக் கட்டாயப்படுத்தினால் தற்கொலை செய்து



என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பரதன் பப்ளிகேஷன்ஸ்
பிரைவேட் லிமிடெட்டிற்காக
பரதன் அச்சகத்தில்
ஆசிரியர் பொறுப்பேற்று
அச்சிட்டு வெளியிடுபவர்:
லக்ஷ்மி நடராஜன்

கல்கி பில்டிங்க்ஸ்,
47-N.P., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 32

பொறுப்பாசிரியர் : அனுராதா சேகர்

வடிவமைப்பு :
எஸ்.ஸ்டீஃபன், எம்.மோகன்,
பா.கோபால்

தொலைபேசி : 4343 8888
சந்தா பிரிவு : 4343 8833
தொலைநகல் : 044 - 4343 8899
மின்னஞ்சல் :
ஆசிரியர் குழு :
mangayarmalar@kalkiweekly.com
விளம்பரப் பிரிவு :
marketing@kalkiweekly.com
சந்தா பிரிவு :
subscription@kalkiweekly.com
பிற தகவல்களுக்கு :
info@kalkiweekly.com
இன்டர்நெட் முகவரி :
www.mangayarmalaronline.com
சந்தா விவரம் :
உள்நாடு :
ஒரு வருடம் : ரூ. 250/-
வெளிநாடு (விமானத்தபால்):
ஒரு வருடம் : ரூ. 2,200/-

Bharathan Publications Private Limited,
Kalki Buildings,
47-NP, Jawaharlal Nehru Road,
Ekkaduthangal, Chennai - 600 032.

இதழில் வெளியாகும் விளம்பரங்களின்
உண்மைத் தன்மைக்கு
கல்கி நிர்வாகம் பொறுப்பல்ல.

கொள்வேன்!'' என்று உறுதியாகச் சொல்லியிருக்கிறாள் யாஸ்மின். அவ்வளவுதான். தோளிலும், மார்பிலும் போட்டு வளர்த்த அருமை மகளை, சரமாரியாகக் குத்திக் கொன்றுவிட்டு, தானே காவல் நிலையத்தில் சரணடைந்துவிட்டார் சலீம்.

ஈன்ற பாசத்தால் அழுது பிளிறியபடி நின்ற அம்மா விலங்கு!

வளர்த்த பாசத்தால் கொன்று விட்டுத் துடித்த விலங்கு அப்பா!

நெஞ்சம் கனத்துப் போகிறது...

முன்பெல்லாம் கல்லூரிகளில் கூட தென்படாத காதல் சமாசாரங்கள், தற்போது ஆறாம் வகுப்பிலேயே ஆரம்பமாகிவிடுவது அதிர்ச்சியாகத்தான் உள்ளது. (எல்லாம் நம்ம டி.வி., சினிமா செய்யும் பேருதவிதான்!) விளைவு...? தற்கொலை முதல் விபசாரம் வரை ஏகப்பட்ட குற்றங்கள்... சமூகச் சீரழிவுகள்!

சரி... இதற்கு என்னதான் செய்யலாம்?

பல வருடங்களுக்கு முன் பள்ளிகளில் 'மாரல் சயின்ஸ்' என்றொரு வகுப்பு உண்டு. ஆசிரியர்கள், மாணவர்களுக்கு நல்ல பல நீதிக் கதைகளை, கருத்துக்களைச் சொல்லி, அவர்களிடையே நன்னெறிகளை வளர்த்தார்கள். இறை அச்சமும், மனிதநேயமும் விதைத்தார்கள். பின்னாளில், நல்ல பக்குவத்துடனும், தூய சிந்தனைகள் கொண்டும் மாணவ சமுதாயம் விளங்க அவை பெரிதும் உதவி செய்தன.

பள்ளிகளில் நீதிபோதனை வகுப்புகளைக் கட்டாயமாக்கும் வேளை வந்து விட்டது. இனியும் தாமதித்தால், யாஸ்மின் போன்ற பால்முகம் மாறாத சிறுமிகளின் சாவுப் பட்டியல் தொடர்ந்துவிடும்!

அனுஷா நடராஜன்

கிராமத்துப் பெருமிதம்

* வசந்தா வானமாமலை -
உமா ராஜமாணிக்கம்



"நகரங்களில் ஒவ்வொரு ஐந்து கிலோமீட்டருக்கும் ஒரு பள்ளிக்கூடம் இருக்கிறது. கிராமப்புறப் பகுதிகளில் அப்படிக் கிடையாது. சேலம் நகரில் ஏராளமான பள்ளிக்கூடங்கள். அதனால் தான் கிராமப்புற முன்னேற்றத்துக்கு உதவும் வகையில், இந்தப் பள்ளிக் கூடத்தை ஆரம்பித்திருக்கிறோம்'' என் றார் சேலம் - ஈரோடு சாலையில் உள்ள நெய்க்காரப் பட்டியில் இருக்கும் ஸ்ரீவித்யா பாரதி மெட்ரிக் மேநிலைப் பள்ளியின் தாளாளர் வசந்தா வானமா மலை. ஈரோடு பாரதிய வித்யாபவனில் இருபது ஆண்டுகள் பணியாற்றிய அனு பவம் மிக்க கல்வியாளர் இவர்.

"இவருடைய வழி காட்டுதலில்தான் இந்தப் பள்ளியைச் சிறப்பாக நடத்த முடிகிறது என்கிறார் பள்ளியின் முதல்வர் உமா ராஜமாணிக்கம். (இவர் எட்டாவது முடித்ததும், பள்ளிப் படிப்பை நிறுத்தி விட்டு, பெற்றோர்கள் திருமணம் செய்து வைத்தார்கள். குழந்தைகள் வளர்ந்ததும், பதினைந்து வருடங்கள் கழித்து பத்தாவது, பன்னிரண்டாவது, பி.ஏ., எம்.ஏ., பி.எட். என்று ஒவ்வொரு கல்விப் படியாகப் பாண்டியாட்டம் போலத் தாண்டி, இன்று இந்தப் பள்ளியின் முதல்வர்!)

"பள்ளியின் வளர்ச்சியும், சுற்றுப்புற கிராமங்களிலிருந்து வரும் குழந்தைகளின் சாதனைகளும்தான் எங்களுக்கு முக்கியம். அதனால்தான் பள்ளியின் வருவாய் முழுவதையும் பள்ளி நலனுக்கே செலவிடு கிறோம்!'' என்கிறார் நிர்வாக இயக்குநர்கள் குழுத் தலைவர் பி.ரவி.

ஜூன் 2003ல் பள்ளி தொடங்கிய நாளன்றே 750 மாணாக்கர்கள் சேர்ந்தார்கள். இன்று சுமார் 1500 மாணாக்கர்களுடன் மெட்ரிகுலேஷன் உயர்நிலைப் பள்ளி என்ற அந்தஸ்தை எட்டிப் பிடித்துவிட்டது.

ரிசுகளைக் குவிக்கும் கிராமத்துப் பள்ளி!





ப்ளஸ் - டூ ஆரம்பித்ததில் இருந்தே நூறு சதவிகிதமாகத் தேர்வு வெற்றியைத் தொடர்ந்து சாதித்து வருகிறது.

இங்கே படித்த மாணவர் ஆர்.சுந்தர் 1200க்கு 1171 வாங்கி முதலிடம் பிடித்திருக்கிறார். அண்ணா பல்கலைக் கழகத்தில் பி.இ. கம்ப்யூட்டர் சயன்ஸுக்குத் தேர்வாகி இருக்கிறார்.

''மூணு மணிக்கே காலைல அலாரம் வெச்சு, எழுந்து படிக்க ஆரம்பிச்சுடுவேன். இல்லேன்னா அம்மா எழுப்பி விடுவாங்க!'' என்கிறார். அதிகம் அலட்டிக் கொள்ளாமல் ரொம்ப ரிலாக்ஸ்ட் ஆகப் படித்தாராம். பள்ளியில் இரண்டாவது வந்தவர் நாக கார்த்திகேயன். மூன்றாவது எஸ். சபரீஷ்.

''எந்தக் குழந்தையும் சிறந்த கல்வி பெற்றால் சிறப்பாக வர முடியும் என்பதை நிரூபித்து வருகிறோம். இங்கே உள்ள அத்தனைக் குழந்தைகளும் குடும்பத்தில் முதல் தடவை கல்வியை ருசி பார்க்கும் ஃபர்ஸ்ட் ஜெனரேஷன் ஸ்டுடன்ஸ். அவர்களது பெற்றோர்களால் நகரத்துப் பெற்றோர் போல, வீட்டில் பாடம் சொல்லித் தந்து உதவ முடியாது. அதிலும் இங்கிலீஷ் மீடியத்தில் அது சாத்தியமே இல்லை. எனவே குழந்தைகள் பள்ளியில் பெறுகிற கல்வி உயர்தரமாக இருக்க வேண்டும் என்பதில் குறியாக இருக்கிறோம்!'' என்கின்றனர் தாளாளரும், முதல்வரும்.



* பி.ரவி

பல வகுப்புகளில் நுழைந்து, இவர்கள் பாடம் சொல்லித் தரும் முறையைப் பார்த்தோம். கற்பித்தலில், புரிய வைத்தல் என்பது முதல் இடம் பிடிக்கிறது.

ஒரே ஒரு ஸ்லோக வகுப்

★ கங்கிராட்ஸ் குட்டீஸ்!



மின்னும் நட்சத்திர மாணவர்கள் :

★ கருங்கல்பட்டி எஸ்.நாகேந்திரன் என்ற குட்டிப்பையன் ஸ்லோகம் போட்டியில் மாவட்டத்தில் 3ஆவது பரிசு.

★ தாரிணியின் கிராமம் சீரகளப்பாடி என்று இருபது கி.மீ. தூரத்தில் இருக்கிற குக்கிராமம். வாங்கிய பரிசு இங்கிலீஷில் 'ஸ்பெல்-பீ' போட்டியில்!

★ பத்மசரண் எட்டாவது. சைபர் ஒலிம்பியட்டில், மாவட்டத்தில் இரண்டாவது.

★ இளம்பிள்ளையிலிருந்து வரும் சந்திரிகா ஆறாம் வகுப்பு. பேச்சில் கெட்டிக்காரப் பெண்!

★ சரத் சந்திரன், ஐந்தாம் வகுப்பு, ஓவியம் வரைந்து மாவட்ட அளவில் பரிசுகள் தட்டிக் கொண்டு போவதில் கெட்டிக்காரப் பிள்ளை.

★ ஸ்ரீராம் இலக்கியக் கழகப் பேச்சுப் போட்டியில், மாநில அளவில் முதல் இந்தப் பள்ளிதான்.

★ ஸ்டாம்ப் டிசைன் போட்டியில் இலக்கியாவுக்குப் பரிசு

★ குற்றாலத்தில் நடந்த யங்டேலன்ட் ஸ்கிமில் பாக்யஸ்ரீக்குப் பரிசு

அழ. வள்ளியப்பா கலை விருது, ஷேக்ஸ்பியர் அவார்டு, கேம்லின் போட்டி, 'ஹிந்து' யங்வேர்ல்ட் போட்டி, என்று எந்தப் பரிசையும் இந்த மாணவ மாணவியர் விட்டு வைப்பதில்லை!

புக்குச் சென்றோம். ஆசிரியை சொல்லித் தருவதை ஸ்பஷ்டமாக, உச்சரிப்புக் குறை எதுவுமில்லாமல் குழந்தைகள் அழகாகச் சொல்கின்றன. ஓவிய வகுப்பில், ஆசிரியர் வரைந்த படத்தை அத்தனைக் குழந்தைகளும் அப்படியே வரைந்திருந்தன.

இந்த மாணவர்களும் மாணவிகளும் சேலத்தை சுற்றியுள்ள கிராமப் புறங்களில் இருந்து வருபவர்கள், இவர்கள் சரளமாக ஆங்கிலம் பேசுவது நமக்கு வியப்பைத் தந்தாலும், ஆசிரியைகளும், தாளாளரும், முதல்வரும் ''இது ஒன்றும் பெரிய விஷயமல்ல!'' என்கின்றனர்.

யோகா பயிற்சி, வேல்யூ எஜுகேஷன், அபாக்கஸ், கராத்தே, ஸ்லோகா, சிறப்புப் பயிற்சி தேவைப்படும் மாணவருக்கு சனி, ஞாயிறுகளில் நடத்தப்படுகிறது.

இருவருக்கு ஒன்று என்று கம்ப்யூட்டர் பிரிவு, மாணாக்கர்களுக்கு கம்ப்யூட்டர் லேப். (சிறப்பு கணினிப் பயிற்சி யு.கே.ஜி. முதல் மூன்றாம் வகுப்பு வரை) சகல வசதிகளுடன் கெமிஸ்ட்ரி லேப் இருக்கிறது. மூன்றாம் மொழியாக இந்தி படிக்க மற்றும் பேச கற்றுக் கொடுக்கிறார்கள்.

வகுப்புக்கு முப்பது பேர் என்பதால் இடம் நெருக்கடியில்லை. ஒவ்வொரு குழந்தைக்கும் தனித்தனியே ஸ்டெயின்லெஸ் ஸ்டீல் மேசைகளும், நாற்காலிகளும் இருக்கின்றன. ''அதற்கு மேல் போனால் அதிக கவனம் செலுத்த முடியாது! எங்கள் பள்ளியில் படிக்கும் மாணாக்கர்களுக்கு பிரைவேட் ட்யூஷன் என்ற பேச்சே கிடையாது!'' என்கிறார் உமா நியாயமான பெருமையுடன்.

★ ஆர்.சுந்தர்



படங்களும், கட்டுரையும் :
சாருகேசி

சொரியாசிஸுடன் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துதல்

நன்கு-வரையறுக்கப்பட்ட, தடித்த, சிவப்பு நிற, செதில் செதிலான இரத்த உறைக்கட்டிகளாக தோன்றும் ஒரு நாள்பட்ட சரும நிலையான சொரியாசிஸ், நோயாளியின் வாழ்க்கைதரத்தின் மீது ஒரு குறிப்பிடத்தக்க பாதிப்பை உண்டாக்கலாம் என்பதை அனைவரும் அறிவோம். சொரியாசிஸ் இந்தியாவில் மிகவும் அதிகமாக காணப்படும் சரும நிலைகளில் ஒன்றாகும். இந்திய மக்கள் தொகையில், சுமார் 1%-க்கும் அதிகமானோர் இந்நோயால் அவதியுறுகின்றனர். சுய-மதிப்பை இழத்தல் மற்றும் உளச்சோர்வு உள்ளிட்ட கணிசமான மன அழுத்தத்தை நோயாளிகளிடம் சொரியாசிஸ் உண்டாக்கலாம். நோயாளிகளில் உளச் சோர்வு மற்றும் தற்கொலை செய்து கொள்ளும் மனப்போக்கை சொரியாசிஸ் உண்டாக்குவதாக கூறப்படுகிறது.

மூட்டு அழற்சி, மிகை அழுத்தம், இதய நோய் மற்றும் நீரிழிவு நோய் போன்ற நாள்பட்ட நோய்களால் துன்புறும் நோயாளிகளிடம் காணப்படும் அதே போன்ற உடல் மற்றும் மன நல வீழ்ச்சியால், சொரியாசிஸ் நோயாளிகளும் துன்புறுவதாக ஏராளமான அச்சடிக்கப்பட்ட பிரசுரங்களில் குறிப்பிடப்பட்டுள்ளது. ஒரு கட்டவிழ்ந்த நெருக்கடி-சொரியாசிஸ் சூழற்சியை உருவாக்கி, நோயாளியின் தினசரி செயல்பாடுகள் மற்றும் சமூக வாழ்க்கையை சொரியாசிஸ் பாதிக்கக்கூடும். இது பெரும்பாலான நோயாளிகளில் நிலைமை மேலும் அதிக மோசமாவதற்கு காரணமாகிறது.

நாள்பட்ட மற்றும் மீண்டும், மீண்டும் தோன்றும் இயல்பு காரணமாக, இந்நோய் பெரும்பாலான நோயாளிகளிடம் மனத் தளர்ச்சி உணர்வை கொண்டு வருகிறது. தங்களின் நட்பு அல்லது வருங்காலத் திட்டங்களில் இடையூறு உண்டாக்கக்கூடும் என்பதால், நோயின் திடீர் சீற்றம் குறித்து நோயாளிகள் தொடர்ந்து கவலையுற்றவர்களாக உள்ளனர்.

தேசிய சொரியாசிஸ் ஸ்தாபனம் பின்வருமாறு சொரியாசிஸ் நோயை வரையறுக்கிறது: மேலோட்டமான சொரியாசிஸ் உடலின் மேற்பகுதியில் 2 சதவிகிதத்தை பாதிக்கிறது.; உடல் மேற்பகுதியின் 2-லிருந்து 10 சதவிகிதம் பாதிக்கப்பட்டால், மிதமான சொரியாசிஸ் ஆக கருதப்படும்; 10 சதவிகிதத்துக்கும் அதிகமாக உடலின் மேற்பகுதி பாதிக்கப்பட்டால், மிகவும் கடுமையான சொரியாசிஸ் ஆக கருதப்படும். உள்ளங்கைப் பகுதி, உடல் மேற்பகுதி பரப்பின் 1 சதவிகிதமாக கருதப்படுகிறது. எனினும், நோயாளியின் வாழ்க்கைத் தரத்தை எவ்வளவு தூரம் சொரியாசிஸ் பாதிக்கிறது என்பதை பொறுத்தும், சொரியாசிஸின் கடுமை மதிப்பிடப்படுகிறது.

சொரியாசிஸ் சிகிச்சை வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துகிறது

சரியான சிகிச்சையுடன் சொரியாசிஸை நாம் சமாளிக்க முடியும். சொரியாசிஸ் வகை, பாதிக்கப்பட்ட உடலின் மேற்பரப்பு சதவிகிதம் மற்றும் நோயாளியைப் பொறுத்து சிகிச்சையை அமைகிறது. சருமத்தின் மீது உபயோகிக்கப்படும் ஆயின்ட்மென்ட், மருந்துகள் அல்லது யு.வி. கதிர்கள் சிகிச்சை போன்றவை நோயாளிகளுக்கு சொரியாசிஸ் சிகிச்சை முறைகளாக வழங்கப்படுகின்றன. சரியான சிகிச்சையை உபயோகிப்பது மற்றும் சிகிச்சையை தொடர்ந்து வழக்கம்போல் எடுத்துக்கொள்வது போன்றவை பெரும்பாலான நோயாளிகளில் சொரியாசிஸ்-ஆல் பாதிக்கப்பட்ட பகுதியை குணமாக்குகிறது.

நோயாளி மற்றும் மருத்துவருக்கு இடையே நம்பிக்கைப் பிணைப்பை உண்டாக்குவது, சிகிச்சை தொடர்பான மருத்துவரின் பரிந்துரைகளை மேற்கொள்ள நோயாளிகளை ஊக்குவிக்கிறது மற்றும் இது நோயாளி இணக்கம் மற்றும் சிகிச்சைப் பலன்களை மேம்படுத்துகிறது. சொரியாசிஸ் நோயாளிகளுக்கு ஆலோசனைகளை வழங்குவது, அவர்களின் உள நலத்தையும் மேம்படுத்தக் கூடும். ஒரு பாதுகாப்பான மற்றும் வசதியான சிகிச்சையை வழங்கும் அதே நேரம், சொரியாசிஸின் அறிகுறிகள் மற்றும் அடையாளங்களில் விரைவான நிவாரணத்தை அளிப்பதே சிகிச்சையின் நோக்கமாக இருக்க வேண்டும். சிகிச்சையால் நோயாளி போதுமான பலனைப் பெறுகையில், அவன்/அவள் மீண்டும் தன்னம்பிக்கையைப் பெற்று, இயல்பாக வாழத் தொடங்குகின்றனர். எனவே, சிகிச்சையின் முக்கிய நோக்கம் நோயாளியின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்துவதாகத்தான் இருக்க வேண்டும்.

சொரியாசிஸின் முதல் கட்ட சிகிச்சை சருமத்தின் மீது ஆயின்ட்மென்டை உபயோகிப்பதுதான். வைட்டமின் டி ஒப்புமையுள்ள மருந்துகள், சலிசைலிக் அமிலம், டைத்ரனால், கோர்டிகோஸ்டீராயிட்கள் மற்றும் ரெடினாயிட்கள் போன்றவை இதில் அடங்கும்.

சொரியாசிஸ் சிகிச்சையில், வைட்டமின் டி ஒப்புமையுள்ள மருந்து (கால்சிபோட்ரியால்) மற்றும் கோர்டிகோஸ்டிராய்ட் (பீடாமெடாசோன் டைப்ரோபியோனேட்) இணைத் தயாரிப்பு மிகவும் திறமையானதாக நிரூபிக்கப்பட்டுள்ளது.



● ம.ஸ்ரீதர்மதி, கழிப்பட்டூர்

நல்ல அறிவுரை ஒன்று கூறுங்களேன்?

யாருக்கும் அட்வைஸ் பண்ணாதீங்க!

● வே.அருணாதேவி, ஈக்காட்டுத்தாங்கல்

அனுஷா பார்க்கும் டீ.வி. தொடர் எது?

'எங்கே பிராமணன்?' பார்க்க ஆரம்பிச்சுருக்கேன். மெயின் கதையைவிட, சோவின் விளக்கங்களும், எதிரே அப்பாவியாக உட்கார்ந்து கேட்டுக் கொள்ளும் நபரின் தலை அசைப்புகளும் ரொம்பவே ரசிக்க வைக்கின்றன. (ஹய்யா! அனுஷா தயவால, 'எ.பி.'னோட டி.ஆர்.பி. ரேட்டிங் விர்...ர்...ர்...ர்ர்!")

● ஆர்.ஜி.காயத்ரி, மணலிவிளை

திருமணங்களில் மணப்பெண்ணும், மணமகனும் கைகளைப் பிடித்துக் கொள்வதன் தாத்பரியம் என்ன?

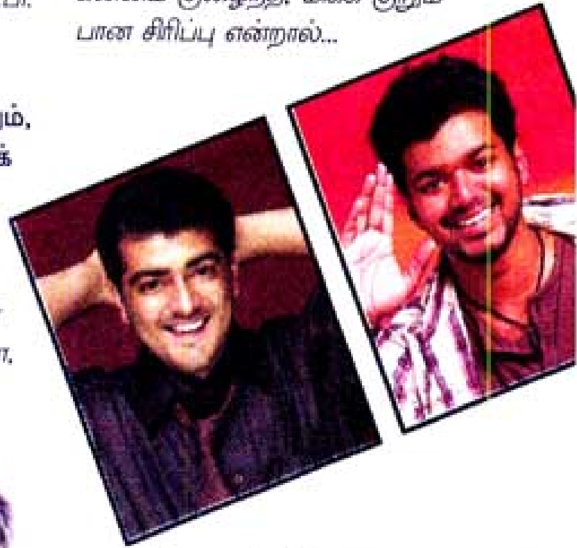
இந்த குத்துச் சண்டையைப் பார்த்திருக்கீங்கதானே? கோதாவில் ஆக்ரோஷமாக இறங்குமுன், புன்னகையுடன் கைகுலுக்கிக் கொள்வார்கள். ஒருவேளை, கல்யாணமும் அது மாதிரியான விஷயமோ?

● பி.ஹேமாம்புஜம், சென்னை - 17

டாப் தமிழ் ஹீரோக்களில் புன்னகை மன்னன் யார் அனுஷா?

ரஜினியின் சிரிப்பில் வேதாந்தம் தெரியும். கமல் சிரிப்பு கொஞ்சம் செயற்கையாக இருக்கும். விஜய், சங்கோஜி. சிரிக்கவே தயங்குவார். சூர்யா சிரிப்பு ரொம்ப மென்மை!

சிரிக்கும்போது கண்களும் சிரிக்கணும். அப்படிப் பார்த்தால், அஜீத், மாதவன் மட்டுமே செலக்ட் ஆவார்கள்! அதிலும் கன்னம் குழைந்த, மிகக் குறும்பான சிரிப்பு என்றால்...



மேடிதான் பெஸ்ட்! அந்த ஏர்டெல் விளம்பர ரொமான்ஸ் சிரிப்பு செம தூள்!

● லலிதா வெங்கட்ராமன், மயிலாப்பூர்

'வெங்காயம், பூண்டு இவையெல்லாம் அசுர குணங்களைத் தரக் கூடியவை (ராகு,



புன்னகை



கேதுவிலிருந்து வந்ததினால்...) இதனால் இவற்றைத் தவிர்க்க வேண்டும்' என்று சில பெரியவர்கள் சொல்கிறார்கள். அதே சமயம், இவை இரண்டும் இரத்த ஓட்டத்தை, நாளங்களைச் சீராக்குகின்றன. இரத்த அழுத்தத்தைக் கட்டுப்படுத்துகின்றன. இதயத்துக்கு நல்லது. இவற்றில் உள்ள allium என்ற பொருள் புற்று நோய் வராமல் தடுக்கின்றது. கொலாஸ்ட்ராலைக் குறைக்கின்றது'' என்று மருத்துவர்கள் சொல்கிறார்கள். இதில் எதை எடுப்பது? எதை விடுவது அனுஷா?

யோக மார்க்கத்தில் உள்ளவர்கள், உணர்ச்சிகளைக் கட்டுப்படுத்த வேண்டிய பருவத்தில் உள்ள இளைஞ(ஞி)ர்கள், இவற்றைத் தவிர்க்கலாம். குடும்பஸ்தர்கள் மித



மாகப் பயன்படுத்தலாம்.

● கே.எஸ். கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

நீங்கள் எளிமையின் சிகரம் என்று என் தோழி சொன்னாள். உண்மையா?

நிஜம்தான்! தினசரி தூங்கும்போது வரும். கனவுகளைக் கூட 35 எம்.எமில், சாதா கறுப்பு - வெள்ளையில் காண்கின்றேன் என்றால் பார்த்துக்கோங்களேன்!

● வெ.ரகுநாதன், கூட்டப்பள்ளி காலனி, திருச்செங்கோடு

உங்களது இதழில் எதற்கெடுத்தாலும் 'வாசகியர்' என்றே குறிப்பிடுகிறீர்கள். நாங்களும் வாசகர்கள் இல்லையா? ஆண்களாகிய எங்களுக்கு மங்கையர் மலரில் பங்கு இல்லையா? யா..? யா..? யா..?

நாங்கள் 'வாசகியர்' என்று எங்காவது தப்பித் தவறிக் குறிப்பிட்டாலும், அது வாசகர்களையும் சேர்த்துத்தான்! ஸோ... கூல் டவுன்... கூடல் டவுன்... கூல் டவுன்! பீ ஹேப்பி யா!

● எஸ்.விஜயராணி, ஒசூர்-2

என்னுடைய அபிமானப் பாடகி எஸ்.ஜானகியின் குரலில் உங்களுக்குப்



ஹீரோ யார்?

பிடித்த பத்து பாடல்களை வரிசைப் படுத்துங்க!

பொதுவாகவே, எஸ்.ஜானகியின் குரலில் ஒருவிதமான கீச்சிடல் இருப்பதாகத் தோன்றும்... ஆனால் அதையும் மீறிய உணர்ச்சிகரமான, நுட்பமான குரல் அவருக்கு!

'உன்னிடத்தில் என்னைக் கொடுத்தேன்', 'தூக்கம் உன் கண்களை', 'காற்றில் எந்தன் கீதம்', 'கண்மணியே காதல் என்பது', 'சின்னஞ்சிறிய வண்ணப்பறவை', 'சங்கத்தில் பாடாத கவிதை', 'புத்தம் புது காலை', 'வசந்த கால கோலங்கள்', 'பொன்வானம் பன்னீர் தூவுது', 'தேன் சிந்துதே வானம்'! ('விடாது கறுப்பு!' போல இந்த 'பிடித்த 10' வரிசையும் என்னை விடாது போலிருக்கே!)

● **என்.சீதாலட்சுமி, சென்னை - 40**

குழந்தைகளை நல்லபடி வளர்க்க ஏதாவது டிப்ஸ் கொடுங்க அனுஷா!

அவர்களை நம்மைப் போல மாற்ற முயற்சிக்கக் கூடாது. நம்மளால முடியாததை அவர்களைச் செய்யச் சொல்லிக் கட்டாயப் படுத்தக்கூடாது. ''குழந்தைகள் நம்மவர்கள் கிடையாது. நம்மிலிருந்து வந்தவர்கள் மட்டுமே!'' என்று புரிந்து கொண்டு நடக்கணும்! (சரி, போன மாசம் 'ஒரு வார்த்தை' யைப் படிக்கலையா?)

● **லதா வேணுகோபால், திருச்சி**

கடலின் ஓசையைக் கேட்டால் 'ஓம்' சத்தம் கேட்கிறது. அதில் பிறக்கும் வெண் சங்கைக் காதில் வைத்தாலும், 'ஓம்' ஒலி கேட்கிறதே! இது தெய்விக ஆச்சரியமில்லையா?

சங்கு மட்டுமல்ல, ஒரு சிறு கிண்ணத்தையோ, வெறும் கையையோ காதில் குவித்துக் கேட்டுப் பாருங்க. அதே ஓங்கார சத்தம் கேட்கும்.. இது ஒரு வித ஒலிப்பெருக்க (Resonance) நிகழ்வு மட்டுமே!

அறிவியல் தாத்பரியமோ... தெய்விக ஒலியோ... அந்தப் பிரணவத்தில்தான் பிரபஞ்ச இயக்கமே அடங்கியுள்ளது.

● **பி.எல். பரமசிவம், மதுரை**

பெயர் சொல்லி அழைக்க முயற்சி செய்தும், மனைவியை 'டீ' போட்டு அழைப்பதை என்னால் விட முடியவில்லையே!

எதுக்கு விடணும்? 'டீ'யை, நல்லா, ஸ்ட்ராங்கா, டேஸ்டா தானே போடறீங்க? அப்புறமென்ன. தைரியமா பேர் சொல்லி, அவங்களை எழுப்பி, கையிலே தேநீர்க் கோப்பையைத் தர வேண்டியதுதானே?

● **மல்லிகா அன்பழகன், சென்னை**

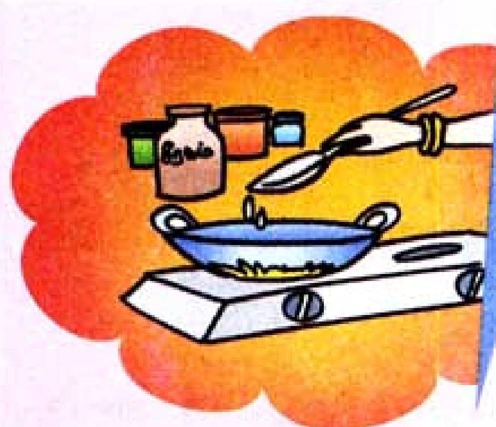
திருமணநாளை எப்படிக் கொண்டாடுவீர்கள்?

இரண்டு நிமிஷம் மௌனம் அனுசரித்துத்தான்!

● **எல்.மோஹனசுந்தரி, கிருஷ்ணகிரி**

ரீ மிக்ஸ் பாடல்களில் ரசித்த பாடல்?

'தொட்டால் பூ மலரும்' மட்டுமே! மற்றதெல்லாம் எரிச்சலின் உச்சம்! குறிப்பாக 'எலந்தப்பழம்!' பாடல்!



ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் தனியா, ஆறு மிளகு, சேர்த்து எண்ணெயில் வறுத்துப் பொடித்து, புளிக்காய்ச்சலை சாதத்துடன் கிளறும்போது கலந்து பிசைந்தால், புளியோதரை எக்ஸ்ட்ரா டேஸ்டாக இருக்கும்.

- ஏ.வாராகி, திருவத்திபுரம்

ஏஞ்சல்ஸ்®

அட்வான்ஸ்ட் கிளினிக் (பி) லிட்

(Since 1991)

ஹேர், ஸ்கின் & பாடி கேர்

Angels®

(Since 1991) Advanced Clinic Pvt. Ltd.

HAIR, SKIN & BODY CARE

COSMETIC CLINIC

GOOD BYE !
TO BALD HEAD
WITHIN 1 HOUR
THRU
SILICON SYSTEM®

வழுக்கை தலையினால் அவதி படுகிறீர்களா ? கவலையை விடுங்கள், ஏஞ்சல்ஸ் இப்போது வழுக்கை தலையை ஆராய்ந்து அவர்களின் முக அமைப்புக்கு ஏற்றவாறு சிலிக்கான் சிஸ்டம் என்ற அதிநவீன சிகிச்சை மூலம் ஒரே மணி நேரத்தில் பொருத்தி விடுகிறார்கள்.

(சிலிக்கான் சிஸ்டம்)



தற்போது உடல் எடையை குறைப்பதற்கு கவலைப்பட தேவையில்லை. ஏஞ்சல்ஸில் மிக அருமையான சிகிச்சை அளித்து வருகின்றது. இவர்களின் அல்ட்ரா தெர்ம் செல்லுலைட் தெரபி, பாடி பாலிஷ், புரோட்டீன் தெரபி என்ற சிகிச்சையின் மூலம் உடல் எடையை மிக அதிக அளவில் உடல் பருமனுக்கு ஏற்றவாறு குறைக்கின்றனர். இச்சிகிச்சை ஆண்கள் மற்றும் பெண்களுக்கும் பொருந்தும். மேலும் உங்கள் உடல் அமைப்பை Figure Correction மூலம் சரி செய்கின்றனர்.

WEIGHT
REDUCTION
TREATMENT
AT ANGELS



NO MORE
WORRY OF
UNWANTED
HAIR

தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்க தற்போது ஏஞ்சல்ஸில் நம்பகமான சிகிச்சை அளிக்கின்றது. ND-YAG Long Pulsed லேசர் சிகிச்சையின் மூலம் மிகவும் தத்ரூபமாக தேவையற்ற ரோமங்களை மிகவும் குறைந்த சிட்டிங்கில் நீக்கி வருகின்றனர். இச்சிகிச்சை பெண்களுக்கு மேல் தாடை - கீழ் தாடை - அக்குள் - வயிறு - மார்பகம் போன்ற பகுதிகளில் உள்ள தேவையற்ற ரோமங்களை நீக்கிவிடலாம்.

(Ex. UpperLip, Chin, Cheeks, Abdomen, Chest, Ears)





பெண்களுக்கு அடர்த்தி தன்மையற்ற தலைமுடிக்கு ஃபோட்டோ லேசர் தெரபி என்ற அதிநவீன சிகிச்சையின் மூலம் (HAIR REGROWTH) தலைமுடியை வளர செய்யலாம். இது 100% முற்றிலும் பாதுகாப்பான சிகிச்சை.

HAIR FALL CONTROL &
REGROWTH IS POSSIBLE
FOR LADIES THRU'
PHOTO LASER THERAPY

CHENNAI: AA1, 1st Cross St., 3rd Main Road, RVR Towers, 2nd Floor, Annanagar, Chennai - 40. Ph: 044-26212547 / 26213468. Cell: 98400 46599. angels@angelsgroup.co.in

மேலும் விவரங்கள் அறிய பிரதி சனிக்கிழமை **VIJAY TV** - யில் காலை **10.30** முதல் **11.00** மணி வரை காணத்தவறாதீர்கள்.

www.angelsgroup.co.in

COIMBATORE: RR Complex, V.O.C. Road, 117/B, West Sambandham Rd, R.S.Puram, Coimbatore. Ph: 0422 - 6547577, 2547889. Cell: 92444 15899

- **Hyderabad - (040)2322111, 66368999**
- **Bangalore - (080)41153995, 41153996, 09845566799**

குக்கரி க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி



குக்கரி தர்பாரில் கலந்துக் கொள்ள சமையல் ராணிகளை அழைக்கிறோம். ஒரிஜினல் சமையல் குறிப்புகளைத் தெளிவாக எழுதி, கீழே உள்ள கூப்பனையும் நிரப்பி அனுப்புங்க: தேர்ந்தெடுக்கப்படும் ஐந்து ரெஸிபிகளுக்கு தலா ரூ. 250/- பரிசு!

குக்கரி க்வீன் சமையல் போட்டி (ஜூலை)

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் :

அரிசி மாவு + நெய்

பெயர் : ....

முகவரி : ....

....

....

கடைசித் தேதி : 25.7.2009

மறந்துவிட்ட கிராமத்து நன்மைகள்!

பெண்கள் வருடத்துக்கு இரண்டு முறையாவது மருதாணி இட்டுக் கொள்ள வேண்டும். இதனால் நக இடுக்குகளில் இருக்கும் விஷக்கிருமிகளைக் கொல்லும் சக்தியைப் பெறலாம். உடல் சூடு குறையவும், சரும வியாதி, ஊரல், சொறி நோய்களும் நீங்க, மருதாணி இலையை அரைத்துப் பூசவும்.

எலுமிச்சம் பழச்சாறை, அடிக்கடி அருந்தினால் வயிறு சூடு குறைந்து கர்ப்பப்பைக் குளிர்ச்சி அடையும். மூளையின் சூடு தணிந்து சமநிலையில் இருக்கும். மேலும், கண் எரிச்சல், மூளைக் கொதிப்பு, வயிறு வலி, குடல்புண் முதலான வியாதிகள் குணமாகும்.

பணப்பிரச்னை, உடல் பிரச்னை, குடும்பப் பிரச்னை மூலம் இரத்தக் குழாய் இறுகி, மாரடைப்போ, பக்கவாதமோ ஏற்படலாம். எனவே, சுக்குக் காப்பி அருந்தி, உணவில் இஞ்சி, பூண்டு சேர்க்கவும்.

- லக்ஷ்மி சிவகுமார்,
சென்னை



கல்லூரி நினைவுகள்...



மறக்க முடியாத பொக்கிஷம்!

இந்த கறுப்பு வெள்ளை புகைப்படத்தைப் பாருங்கள். நான் கல்லூரியில் படித்த பொழுது என்.எஸ்.எஸ். முகாமுக்காகப் பத்து நாட்கள் 'வாள்அமர் கோட்டை' என்ற கிராமத்துக்குச் சென்றிருந்தபோது எடுத்தது! அப்பொழுது பெய்த பெருமழையால் அவ்வூரில் ஆற்றில் உடைப்பு ஏற்பட்டிருந்தது. அதைச் சீராக்கும் பணிக்காக நூற்று ஐம்பது மாணவிகள், மூன்று ஆசிரியர்கள், இரண்டு சமையல்காரர்களுடன் சென்றிருந்தோம்.

அங்கு நாங்கள் பெருமை வாய்ந்த சிவன் கோயிலின் சாவடியில் தங்கி, கோயில் குளத்தில் குளித்தோம். அப்போது மார்கழி மாதம் அதிகாலையில் கோயிலுக்குச் சென்று பிரார்த்தித்து, சுடச்சுட அவர்கள் கொடுக்கும் பிரசாதங்களை ருசித்து, காலை டிபனை எட்டு மணிக்கெல்லாம் முடித்துக் கொண்டு உடைப்புக்குப் போய் விடுவோம்.

பிறகு ஐந்து மணிக்கு சாவடிக்கு வந்து, எல்லா வேலைகளையும் முடித்துக் கொண்டு பொதுவான ஓர் இடத்தில் கூடுவோம். எங்களில் ஆடத் தெரிந்தவர்கள் ஆட, பாட முடிந்தவர்கள் பாட, பாட்டுக்குப் பாட்டு, மிமிக்ரி, விடுகதைபோடல், கதை சொல்லல் என்று நாங்கள் அசத்துவோம். பதிலுக்கு, கிராமத்தவர்கள், நாட்டுப்புறப் பாடல்களை பாடி எங்களை மகிழ்விப்பார்கள்.

பத்து நாள் முகாமில் கிராமத்தைப் பற்றி சிறிதும் அறிந்திராத மாணவிகள்கூட அனைவரிடமும் அன்யோன்யமாகப் பழகினார்கள். சிலருக்கு சளி, காய்ச்சல் வந்தது. ஆடம்பரமாகப் பேசி, வெகு அலட்டாக நடந்துகொண்ட மாணவிகள்கூட அப்பொழுது அன்போடு பேசி, உணவு, மருந்து கொடுத்து உதவியதைக் கண்டு அனைவரும் நெகிழ்ந்தோம்.

நாங்கள் இரவில் வெளியில் எழுந்து சென்றபோதெல்லாம் ஊரார் அரிக்கேன் விளக்கை வைத்துக்கொண்டு காவல் புரிந்தார்கள்.

என் மனத்தில் மறக்க முடியாத கிராமமாய் 'வாள்அமர் கோட்டை' பதிந்துவிட்டது.

- இந்திராணி தங்கவேல்,
மும்பை - 36









கிராமியச் சிறப்பிதழ்னா பயாஸ்கோப் படம் இல்லாமயா...?!! நம்ம பூஞ்சாரல் நிகழ்ச்சியில கலந்துகிட்டு கலக்குன ஆதிபராசக்தி செவிலியர் கல்லூரியில் விஷயத்தைச் சொல்லி ரெடி பண்ண முடியுமான்னு கேட்டோம். வாங்கன்னு கூலா சொல்லிட்டு. ஒரே நாள் நோட்டீஸ்ல. அம்புட்டு ஏற்பாடுகளையும் தடபுடலா பண்ணிட்டாங்க! நம்ம கதாநாயகன் புவனேஷையும் கதாநாயகி சுகன்யாவையும் (சும்மா நடிப்புக்கு) வரப்புப் பக்கம் தள்ளிட்டுப் போனோம். சும்மா சொல்லக் கூடாது! நம்ம ஹீரோவும், ஹீரோயினும் ஜோரா நடிச்சி தூள் கிளப்பிட்டாங்க! கண்ணுக்குக் குளிர்ச்சியா ஃபோட்டோவைக் கொடுத்திருக்கோம். நாட்டுப்புறப் பாட்டை லைசடுல ஒட்டியிருக்கோம். பயாஸ்கோப் படம் இங்க பாருங்க... பாட்டை நீங்க ஒட்டிக்கோங்க..

மறக்க மனம் கூடலடி!










மைக் கூட்டுக்
கண்ணழகி
மறக்க மனம்
கூடலடி!

மைக் கண்ணு
புள்ள வந்து
கைஜாடை
பண்ணறாளே..

நடவுக் குறைச்சல்
இல்லை
நல்ல வேலை
செய்திடணும்.

கரிசலிலே
களையெடுக்கும்
பெண்மயிலே
-நான் நிக்கட்டுமா
போகட்டுமா?

பழைய சம்பா
சோறிருக்கு
எருமைத் தயிரிருக்கு
ஓங்காணும்
சாப்பிடல?

பாடல் வரிகள்.
நன்றி : நாட்டுப்புறப் பாடல்
(மாலைத் பதிப்பகம்)



முதல்வர்
கோகிலவாணி
ஆதிபராசக்தி செவிலியர் கல்லூரி
மேல்மருவத்தூர்

ஸ்பெஷல் தேங்க்ஸ்...

படத் தயாரிப்பில் கலந்துகிட்டு முழு ஒத்துழைப்பு அளித்த ஆதிபராசக்தி செவிலியர் கல்லூரி படக்குழுவுக்கு நன்றி!



கிராமக் குயில்

"என்னது மகாகவி பாரதி இறந்து எத்தனை வருடமாச்சு? பாரதியை எப்படி பாட்டியின் பாடல் கவர்ந்திருக்க முடியும்?''


* சி.இராமாத்தாள்

சுற்றறிந்தோர் அனைவரையும் கவர்ந்தது. ஆம், பாரதியார் பல்கலையால் கவரப்பட்ட பாட்டிதான், நெல்லை மாவட்டம் வாசு தேவநல்லூர் அருகிலுள்ள வெள்ளானைக் கோட்டையில் வசிக்கும் சி.இராமாத்தாள்.

இக்கிராமத்தில் ஆண்டு

பாரதியைக் கவர்ந்

என்று கேட்கலாம். எழுதவும், படிக்கவும் தெரியாத எண்பத்தொரு வயதுப் பாட்டியின் முளைப்பாரி கும்மிப் பாடல் கோயம் புத்தூர் பாரதியார் பல்கலைக் கழகத்தில்

தோறும் ஆவணி மாதம் வரும் வளர்பிறை செவ்வாய்க் கிழமையில் சந்தனமாரியம்மன் கோயில் பூக்குழி (தீமிதி) திருவிழா நடைபெறுகிறது. பதினைந்து நாட்கள்

விரதமிருந்து காப்புக்கட்டி பக்தர்கள் பூக்குழி இறங்குவர்.

ஒரு வாரத்துக்கு முன்பிருந்தே நாள்கால் நாட்டித் திருவிழா நடக்கும். அன்றிலிருந்து முளைப்பாரி வளர்க்கத் தொடங்குவர். தினமும் இரவில் முளைப்பாரி கும்மிப் பாடல்கள் பாடி நிறைவாக அம்மனுக்கு பூஜை நடைபெறுகிறது.



பாட்டியின் பாடல்!

முளைப்பாரி கும்மிப்பாடல் பாடும் சி.இராமாத்தாளை விழாக்குழுவினர் வீடுதேடி வந்து அழைத்துச் செல்வர். முளைப்பாரி கும்மிப் பாடல் தொடங்கும் முன்பாக, கோயில் முன்பு ஒரு சிறிய கலயம் அல்லது செப்பு, வெள்ளி குடத்தில் நீர் நிரப்பி, நடுவில் மாவிலை வேப்பிலை வைப்பார்கள். மத்தியில் தேங்காய் வைத்து மாலை சூட்டுவர் அது அம்மனாகக் கருதப்படுகிறது.

கும்பத்தைச் சுற்றி நின்று பத்து வயதிலிருந்து வயதான பெண்கள் வரை, வட்டமாக ஆடி கும்மி அடிப்பர். நடுவில் பாடகர் கும்மிப் பாடல்களைப் பாட, பெண்கள் திருப்பி அதைப் பாடுவர். வலது கையால், இடது கையைத் தட்டி ஒலி எழுப்புவர். முன்பாக இரண்டு தட்டும் பின் வலது பக்கம் ஒரு தட்டும் தட்டுவர். அப்படித் தட்டிக் கொண்டே பாடலையும் பாடுவார்கள்.

''முந்தி முந்தி நாயகனே
முருக சரஸ்வதியே!
கந்தனுக்கு முன்பிறந்த
கணபதியே வாருமய்யா
கருணை மாரி கதைபடிக்க
அருள்தரவே வாருமய்யா...'' என்று

மூல முதற்பொருளான விநாயகப் பெருமானைத் தொழுது பாடலைத் தொடங்கும் பாட்டி, விதவிதமான மெட்டுகளில் கும்மிப் பாடல்களைப் பாடுவார். சில நேரங்களில் கும்மிப்பாடலைக் கேட்டு அருள்வந்து ஆடுபவர்களும் உண்டு.

பதினாறு வயதில் இருந்தே பாடி வரும் பாட்டி இந்த வயதிலும் குரல் மங்காமல் பாடி வருகிறார். அதை அம்மனுக்கு செய்யும் கடமையாகக் கருதும் பாட்டி, சன்மானம் எதுவும் பெற்றுக் கொள்வதில்லை.

அம்மன் வர்ணனை, முளைப்பாரி வர்ணனை, திருவிழா வர்ணனை என்று பலவிதங்களில் பாடி வருகிறார். தன்னுடைய காலத்துக்குப் பிறகு இப்பாடல்களை யார் பாடப் போகிறார்கள் என்ற ஏக்கத்தைத் தீர்க்கும் விதமாக அமைந்தது இவ்வூரைச் சேர்ந்த ஆசிரியர் பா.இசக்கி முத்துவின் எம்.ஃபில் பட்ட ஆராய்ச்சி.



பஞ்சாமிர்தம்!



எள்ளுப்பாட்டி - **லக்ஷ்மி அம்மாள்**, கொள்ளுப் பாட்டி - **சீதாலக்ஷ்மி அம்மாள்**, பாட்டி - **லக்ஷ்மி கிருஷ்ணன்**, அம்மா - **வித்யா மணிகண்டன்**, குழந்தை - **பூஜிதா**

அவர் கோயம்புத்தூர் ராம்நகர் அருகிலுள்ள காட்டூர் 'செவன்த் டே அட்வென்டிஸ்ட் மெட்ரிக்' மேல்நிலைப் பள்ளியில் வரை முதுகலை தமிழாசிரியராகப் பணியாற்றினார். அப்போது எம்.ஃபில் (தமிழ்) நாட்டுப்புறவியல் துறை மூலம் பாரதியார் பல்கலைக்கழகத்தில் 'வெள்ளானைக் கோட்டை அருள்மிகு சந்தனமாரியம்மன் கோயில் வரலாறும் வழிபாட்டு முறைகளும்' என்ற தலைப்பில் ஆய்வேடு சமர்ப்பித்தார்.

ஆய்வேட்டில் சி.இராமாத்தாளின் முளைப்பாரி கும்மிப்பாடல்கள் முழுவதையும் தொகுத்துப் பதிவு செய்தார். 'வைவா' எனப்படும் வாய் மொழித் தேர்வில், கீழ்கண்ட பாடலை ராகம் போட்டு பாடினார் ஆய்வாளர் இசக்கிமுத்து.

கத்திரிப் பூச்செண்டு பட்டுடுத்தி - மாரி
கடை வீதியில் வாராளாம்
கானமயில் போல சந்தனமாரிக்கு
கடல் முழங்கவே வாணங்களாம்
மல்லிக பூச்செண்டு பட்டுடுத்தி - மாரி
மந்த வீதியில வாராளாம்
மாங்குயில்போல சந்தனமாரிக்கு
வானமுழங்கவே வேட்டுகளாம்...''

இதுபோன்று பல பாடல்கள் அவையோரைக் கவர்ந்து கைதட்டல்களைப் பெற்றன. இது இராமாத்தாளின் பாடல் வரிகளுக்குக் கிடைத்த பாராட்டு என்றால் மிகையில்லை. பத்து முதல் முப்பதடிகள் வரை உள்ள முப்பத்து ஆறு பாடல்கள் மொத்தம்.

''எதையும் நான் எழுதி வெச்சுக்கிட்டுப் பாடறதில்லை. அந்த மாரியம்மனை நினைச்சுப்பேன். பாட்டா வந்து விழும். அதுல கிராமத்துத் தமிழும் பக்தியும் இருக்கிறதா பாராட்டறாங்க. எல்லாம் அந்த அம்மன் அருள்'' என்கிறார் அடக்கத்துடன் இராமாத்தாள்.

- க.இராஜேஸ்வரி, நெல்லை





தானியலக்ஷ்மி வாம்மா!

காவிரி டெல்டா கிராமப் புறங்களில் நெல் அறுவடை காலங்களில் ஊரே புதிய கோலம் கொள்ளும். அமாவாசை முடிந்து வரும் வளர்பிறையில் ஒரு நல்ல நாள் பார்த்து வீடு, வாசல் கழுவி விடியற்காலையில் சிறிய புல்லுக்கட்டு சைலில் முற்றிய நெற்கதிரை அறுத்து வருவார்கள்.

நெற்கதிரை, சாமி கும்பிடும் இடத்தில் வைத்து, பயபக்தியுடன் பூஜை செய்து கும்பிடுவார்கள். மறுநாள் அதைக் காய வைத்து உதறி, அடுத்த வருடம் வரை ஒரு பானையில் போட்டு வைப்பார்கள். பிறகு, அந்த நெல்லைக் கொடுத்து உப்பு வாங்குவார்கள். இப்படிச் செய்தால் வீட்டில் தான்யலக்ஷ்மி நிறைந்து இருப்பாள் என்பது நம்பிக்கை.

இது போன்றதொரு சடங்கு, நாற்று நடவு அன்றும் நடக்கும். நடவுப் பெண்கள் சிறு நாற்று முடிகளை எடுத்து முடிந்து, பெண்போல் சிங்காரித்து நகை போட்டு ஆலம் தண்ணீரில் வைத்து குலவை போட்டுக் கொண்டு வீட்டில் வந்து வைப்பார்கள். இதற்கு 'இளமுடி' என்று பெயர். மறுநாள் காலை இதை எடுத்துப் போய் நடவு செய்வதைப் பார்க்கவே மங்களகரமாக இருக்கும்.

- சத்யா ரவிச்சந்திரன், நாகை

கிராமத்து ஓவியமாய்...

நிழல்கள் சுமந்த புன்னகை
விலை போகும் பூமியிலே
நிஜத்தை மட்டுமே தன் வசமாக்கிய
கிராமத்து ஓவியமாய்
உன் புன்னகை!

- ம.காயத்ரி அன்னபூரணி,
ஈரோடு



மூட்டுவலிக்கு அறுவைசிகிச்சையில்லாத

அமெரிக்காவில் உள்ள தேசிய விண்வெளி உயிர் மருத்துவ ஆராய்ச்சி நிலையம், நாசா (NASA)வின் உதவியுடன் நீண்ட காலம், விண்வெளிப் பயணிகளின் ஆரோக்கியம் பராமரிப்பதற்காக, சுமார் 60 கல்வி நிலையங்களில் ஆய்வுக் குழுக்களுடன் சேர்ந்து ஆய்வு நடத்தியது.

விண்வெளி ஆய்வாளர்களுக்கு பூமியில் ஏற்படும் மருத்துவ பிரச்சனைகள் ஏற்படுகிறது. கீழ்வரும் பல மருத்துவக் கோளாறுகளுக்கான அறிகுறிகள் மற்றும் தீர்வுகள் பற்றி ஆய்வு செய்யப்பட்டது. அவை.

1. எலும்பு மற்றும் தசை இழப்பு.
2. இருதயத்தில் பாதிப்பு மற்றும் மாற்றம்
3. உடல் சமநிலை மற்றும் ஆரோக்கியம் கெடுதல்.
4. கதிர்வீச்சின் வெளிப்பாட்டினால் வரும் விளைவுகள்.
5. நரம்பு தளர்ச்சி மற்றும் மனவியல் பாதிப்புகள்.
6. உறக்கம் பாதிக்கப்படுதல் மற்றும் விண்வெளியில் உள்ள மாசுக்களால் பாதிக்கப்படுதல்.

இந்த NSBRI ஆய்வுகளில் மிக முக்கியமான ஒன்று எலும்பு ஆரோக்கியம் மற்றும் சிதைந்த எலும்புகளை புதுப்பித்தல். மேலும் புரோட்டான் கதிர்வீச்சினால் மனித செல்கள் எவ்வாறு பாதிக்கப்படுகின்றன அவற்றை தடுக்கும் முறைகள் போன்றவையாகும்.



இந்நிறுவனம் கண்டறிந்த திறன் வாய்ந்த (PST) (கதிர் உமிழ்தல்) எனும் சிகிச்சை நமது மென்எலும்பின் (Cartilage) வளர்ச்சிக்கு உதவுகிறது. ஐரோப்பியர்கள் 20 வருடங்களாக, சுமார் 1 லட்சம் நோயாளிகளின் ஆஸ்டியோ ஆர்த்ரைடிஸ், ருமடாய்டு ஆர்த்ரைடிஸ், லிகமென்ட்,

அமெரிக்காவின் வெற்றிகரமான ஆராய்ச்சி



டென்டான் பாதிப்பை எமிட்ரான் சிகிச்சை மூலம் பூரணமாக குணப்படுத்தி வருகிறார்கள்.

எமிட்ரான் சிகிச்சை முறையில் தொடர்ந்து 15 நாள் தினமோ (அ) ஒரு நாளில் இரண்டு முறையோ சிகிச்சை பெற வேண்டும். இந்த சிகிச்சை முறை, நம் மூட்டுகளை சுற்றி இருக்கும் மின் அலைகள், நமது திசுக்கள் மற்றும் சிதைந்த கார்டிலேஜ் எனும் மென் எலும்புகளை புதுப்பிப்பதற்கு பயன் படுகிறது. ஆஸ்டியோ ஆர்த்ரைடிஸ் மற்றும் வீக்கமடைந்த மூட்டுகளில் பாதிப்பு ஏற்படும் போது இந்த மின் அலை பாதிக்கப்படுகிறது. PST எனும் இந்த எமிட்ரான் சிகிச்சை தடைப்பட்ட மின் அலைகளை சரிசெய்து இயற்கை முறையில் மென் எலும்புகளை புதுப்பிக்க உதவுகிறது. எமிட்ரான் சிகிச்சை பகுதியில் மின்காந்த அலைத்தூண்டப் படுகிறது. அறிவியல் பூர்வமாக பார்த்தால், இந்த மின்காந்த அலை மூட்டுகளுக்கிடையே அழுத்தத்தை உண்டாக்கி, மென் எலும்பை சுற்றியிருக்கும் ஹைட்ரஜன் அணுவை வெளிக்கொணர்ந்து அவற்றை தூண்டி புதுப்பிக்கிறது. இதற்கு ஒழுங்குப் படுத்துதல் (Streaming) எனப்பெயர். அமெரிக்கர்களில் 85% மக்கள் எமிட்ரான் சிகிச்சைக்குப் பிறகு தங்களது தினசரி வாழ்க்கை முறையில் நல்ல முன்னேற்றத்தை உணர்கிறார்கள்.

சென்னை ஆக்ஸிமெட் மருத்துவ மனை இறக்குமதி செய்த எமிட்ரான் கருவியின் மூலம் ஒரு வருடமாக பல நோயாளிகளுக்கு சிகிச்சை அளித்து 80 சதவீதத்திற்கு மேல் வெற்றி பெற்றிருக்கிறார்கள். அறுவை சிகிச்சை இல்லாமல் ஆஸ்டியோ ஆர்த்ரைடிஸ் மற்றும் அனைத்து மூட்டு சிகிச்சைகளுக்கும், ஆர்த்தோ - ஊசி துளைக்காத சிகிச்சை பிரிவு எனும் தனிப்பிரிவில் ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனை நிரந்தரத் தீர்வளிக்கிறது.

மேலும் ஆக்ஸிமெட் மருத்துவமனை இந்த எமிட்ரான் சிகிச்சைக்கான அனைத்திந்திய விற்பனை மற்றும் சேவை உரிமம் பெற்று, இந்த சிகிச்சையில் விருப்பமுள்ள மருத்துவர்களுக்கும், பரம்பரை வைத்தியர்களுக்கும் உதவி அறுவை சிகிச்சையின்றி மூட்டு வலியில்லாமல் அனைவரும் நடக்க உதவி வருகிறார்கள்.

மேலும் விவரங்களுக்கு



OXYMED HOSPITALS
PRIVATE LIMITED
CLOSE TO YOUR HEART
Phone : 42131010 / 1014 / 1016
email : oxymedhospitals@yahoo.com
www.oxymedhospital.in

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்



கோட்ஸ் இண்டியா



இணைந்து வழங்கும்

எம்பிராய்டரி கத்துக்கலாம் வாங்க!

அட்வான்ஸ் ஃப்ரீ ஸ்டைல் எம்பிராய்டரி, கவுண்டட் த்ரெட் எம்பிராய்டரி, மிரர் ஒர்க் எம்பிராய்டரி, கசூதி எம்பிராய்டரி இன்னும் இன்னும்...

பயிற்சி நேரம்: காலை 10 மணி முதல் 1 மணி வரை அல்லது மதியம் 2 மணி முதல் 5 மணி வரை

(**குறிப்பு** : முதல் நாள் காலை வகுப்புக்கு வருபவர்கள், மறுநாள் காலை வகுப்புக்கும், முதல் நாள் மாலை வகுப்புக்கு வருபவர்கள் மறுநாள் மாலை வகுப்புக்கும் வர வேண்டும்.)

பயிற்சி மையம் - தஞ்சாவூரில்...

நாள் : ஜூலை 2009, 18, 19, சனி, ஞாயிறு இரண்டு குழுக்களாக

இடம் : பாரத் காலேஜ் ஆஃப் சயின்ஸ் அண்ட் மேனேஜ்மெண்ட், திருச்சி ரோடு, புதிய பேருந்து நிலையம் அருகில், தஞ்சாவூர்

பதிவு செய்ய : மங்கையர் மலர் : 044 - 4343 8888 / 94441 39328

செலக்‌ஷன் டெக்ஸ்டைல்ஸ் - (04362) 304847, 231437, 99447 02007

எம்பிராய்டரி ரிங் இருந்தால் கொண்டு வரவும். இல்லையென்றால் பயிற்சி மையத்திலேயே கிடைக்கும்.

300 ரூபாய் மதிப்புள்ள எம்பிராய்டரி கிட் பயிற்சி மையத்தில் 150 ரூபாய்க்கு கிடைக்கும்.. எம்பிராய்டரி கிட் அவசியம் தேவை.

இரண்டு நாட்கள் பயிற்சி முடிவில் சான்றிதழ் வழங்கப்படும்.

உங்கள் பெயர் மற்றும் ஃபோன் நம்பருடன் மேற்குறிப்பிட்டுள்ள தொலைபேசி எண்களில் தொடர்பு கொண்டு உடன் பதிவு செய்து கொள்ளவும்.

அடுத்த மாதம் தூத்துக்குடி... விவரங்கள் அடுத்த இதழில்...

எம்பிராய்டரி கத்துக்கலாம் வாங்க! - 4 -தஞ்சாவூர்

பெயர் : ....

வயது : ....

விலாசம் : ....

....

இந்த கூப்பனை அவசியம் கொண்டு வரவும்!




ரூ. 5,000பரிசு ஆன்மிகப் போட்டி–5 பரிசுபெறும் அதிர்ஷ்டசாலிகள்!

1.சி.எம்.கனகம், குன்னூர், 2.பி.சுகந்தா, சென்னை-1, 3.எஸ்.பத்மாவதி, சென்னை-53, 4.கே.பத்மா, ஊரப்பாக்கம், 5.எஃப்.முர்சிதா, காயல்பட்டினம், 6.ஆர். ஜெயந்தி, மைசூர், 7.ச.தங்கரத்தினம், கோவில்பட்டி, 8.ஆர்.ஹரிதாராஜ், உடுமலைப்பேட்டை, 9.எஸ்.சீதாலக்ஷ்மி, மதுரை, 10.ஏ.வி.சிவசங்கர், தஞ்சாவூர், 11.ஏ.குமுதா, ஒட்டன்சத்திரம், 12.ஆர்.ராதா, சேலம், 13.ஜி.ருக்மணி, பாளையங்கோட்டை, 14.ஒய்.சுபபிரியா, திருச்சி, 15.உமாமகேஸ்வரி, பெங்களூரு, 16.டி.வி.சங்கரியம்மா, கிருஷ்ணகிரி, 17.புவனாமணி, திருச்சி, 18.எஸ்.ஸ்ரீமதி, கன்னியாகுமரி, 19.நாகலக்ஷ்மி, காரிமங்கலம், 20.பி.ராஜேஸ்வரி, புதுவிளாங்குடி

ஜூன் 2009ல் வெளியான ஆன்மிகப் போட்டி–5 விடைகள்

1) கங்கை, 2) திருச்செந்தூர், 3) பெரியாழ்வார் 4) செவ்வாய், 5) சத்யலோகம், 6) 18, 7) சித்ரகுப்தன், 8) கௌசல்யா சுப்ரஜா ராம, 9) இந்திரன், 10) வைகை



தாத்தா : ஆர்.சுப்ரமணியம்
பாட்டி : எஸ்.மீனாட்சி
பேரன் : ஆர்.அட்சயன் சுப்ரமணியன்



தாத்தா : கே.கே.பெருமாள்
பாட்டி : இராஜேஸ்வரி
பேரன் : தேஜேஸ்வரன்



தாத்தா : வி.சம்பத்குமார்
பாட்டி : எஸ்.உமாராணி
பேத்தி : சாத்வி



தாத்தா : ஜி.கோவிந்தராஜன்
பாட்டி : ஜி.காஞ்சனா
பேத்தி : ஆர்.வர்ஷா



தாத்தா : கிருஷ்ணப்ரசாத்
பாட்டி : சௌந்தரவல்லி
பேரன் : அத்வைத்
பேத்தி : அனன்யா



தாத்தா : வி.ராமசுப்ரமணியன்
பாட்டி : ஆர்.வள்ளி
பேரன் : எஸ்.சபரிஷ்

என் செல்லமே!

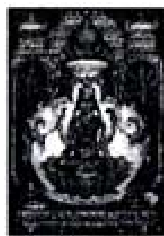
வரலட்சுமி விரத பூஜைப் பொருட்கள் மற்றும் அன்பளிப்பு பொருட்கள்

33 வருட பாரம்பரியம் மிக்க

மயிலாப்பூர்

விஜயா ஸ்டோர்ஸ்-ல்

பூஜைக்கு தேவையான மஞ்சள், குங்குமம், சீப்பு, கண்ணாடி,
சுவாமி அலங்கார பொருட்கள், அம்மன் முகம், அம்மன் பாவாடை, கிரீடம்,
நெஞ்சுப்பட்டை, ஜடை, காசு மாலை, வாசை மாலை, காவோலை கருகமணி,
அஷ்டலக்ஷ்மி குடம், சொம்பு, மண்டபம், பிளாஸ்டிக், பித்தளை,
ஒயிட்மெட்டல், செம்பு, ஹாண்டி கிராப்ட், அன்பளிப்பு பொருட்கள் மற்றும்
பரத நாட்டியத்திற்கு தேவையான அனைத்து பொருட்களும் கிடைக்கும்.



அலங்காரம் செய்யப்பட்ட அம்மன் கலசம்!



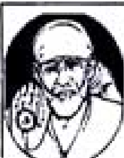


VIJAYA STORES

42, (Near Kapaleeswarar Temple Office)
78, (Near Indian Bank),
North Mada Street, Mylapore, Chennai - 4.
✆ 2464 2500, 2495 7555 & 2464 3250 (R)

பக்தி மணம் கமழும் ஒரு பாரம்பரிய கடை



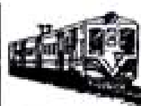


சாய்சரண்

முதியோர் இல்லம்

ஒருவரது வாழ்நாளின் முதுமை கட்டத்தில் அவர்கட்கு தேவைப்படும் ஆதரவும். இன்முகமும். பாசமும் கொண்ட பணிவிடையை செய்யும் வகையில் உண்டாக்கப்பட்டது "சாய் சரண் டிரஸ்ட்" அத்தகைய பெரியோர்களை கவனித்துக்கொள்ள. உங்கள் ஆதரவை வரவேற்பதன் மூலம் இந்த அமைப்பின் சீரிய செயல்பாட்டை மேன்மையடையச் செய்ய விழைகிறோம்.

இல்லத்திற்கு தேவையான பொருட்கள், நன்கொடைகளை **"Saicharan Trust"** க்கு அனுப்பி வைக்கவும்



சுபயாத்ரா



ஷிரிடி சாயிபாபா தரிசனம்

ஷிரிடி - சனி சிங்கனாபூர் - மஹாகணபதி
பிரதி புதன் - (4 நாட்கள்) ரூ.2500/-
(ரயில் - பஸ் - தங்கும் வசதி)

ஷிரிடி சாயிபாபா தரிசனம்

உங்கள் தேதியில் 4 நபர் - ரூ.12000/-

கர்நாடகா சுற்றுலா 29-07-09 | 26-08-09
உடுப்பி - மூகாம்பிகை - தர்மஸ்தலா -
சிரிங்கேரி - சுப்ரமண்யா (4 நாட்கள்) ரூ.3000/-

மந்திராலயம் - நவபிருந்தாவன்
06-08-09 | 03-09-09 3 நாட்கள்ரூ.2300/-

பண்டரிபுரம் - துல்ஜாபூர் - சோலாபூர்
30-07-09 (3 நாட்கள்) ரூ.2300

விவரங்களுக்கு: 43, தெற்கு மாடவீதி (சித்ரகுளம் எதிரில்) மயிலாப்பூர், சென்னை-4 போன் : 24950218, 2495 2319



பலே பகுவார்!



கிராமியச் சிறப்பிதழ்

மத்திய பிரதேசத்தில் பகுவார் (Baghuwar) என்ற கிராமத்தில் காவல் நிலையமே இல்லை. இங்கே குற்றங்கள் நிகழ்வதில்லை என்பதால் காவல் நிலையம் மூடப்பட்டுவிட்டது. இந்தக் கிராமத்தில் புகையிலை மற்றும் குடிக்கு அறவே 'தடா'!

இக்கிராமவாசிகளில் பெரும்பாலோர் படித்தவர்கள். குழந்தைகளும் தவறாமல் பள்ளிக்குச் செல்கின்றனர்.

இவர்களுக்குள் ஏற்படும் பிரச்னைகளை பஞ்சாயத்தில் தீர்த்துக் கொள்கின்றனர். பஞ்சாயத்துத் தலைவர்களும் தேர்தல் மூலமாக தேர்வு செய்யப்படுவதில்லை. மாறாக கிராமத்திலுள்ள தகுதியுள்ளவர்களாகப் பார்த்து தேர்ந்தெடுக்கின்றனர்.

ஒவ்வொரு வீட்டுக்கும் வீட்டிற்குள்ளேயே கழிப்பறை உள்ளது.

தெருக்கள் எல்லாமே அகலமாக இருப்பதுடன் இரு பக்கமும் மரங்கள் நிழலைக் கொடுக்கின்றன. குப்பைகள் முறையாக அகற்றப்படுகின்றன. மலேரியா, சிக்குன் குன்யா போன்ற நோய்கள் யாரையும் தாக்கவில்லை என்பதே இதற்குச் சான்று.

பொதுப்பணம் எதுவுமே வீணாகாமல் பார்த்துக் கொள்கின்றனர்.

இந்தியாவிலுள்ள ஒவ்வொரு கிராமமும் இப்படி இருந்தால் சுயநலம் நிரம்பிய அரசியல்வாதிகளுக்கு நிரந்தர முடிவு கட்டலாமே!

- கலாமூர்த்தி, , சென்னை - 18

நான்கு விஷயங்கள்...

போரின்போது... உறுதியுடன் இருங்கள்; தோல்வியின்போது; எதிர்ப்புணர்ச்சியுடன் இருங்கள்; வெற்றியின்போது.... பெருந்தன்மையோடு இருங்கள்; அமைதியின்போது... நல்லெண்ணத்துடன் இருங்கள்!

- சர்.வின்ஸ்டன் சர்ச்சில்

- டி.பூபதிராவ், காஞ்சிபுரம்

வேட்டையாடு

தேனி மாவட்டம், பெரியகுளம் தாலுகாவில் உள்ள டி.கள்ளிப்பட்டி தான் எனது கிராமம்.

எங்கள் ஊரின் எல்லையில் அருள்மிகு முத்தையா - கருப்பையா திருக்கோயில் உள்ளது. இந்தச் சாமிகள் தான், எங்கள் ஊரின் காவல் தெய்வங்கள். ஒவ்வொரு



வருடமும் சித்திரை மாதத்தில் திருவிழா நடக்கும். ஒரு வருடம் கோயில் திருவிழா, அடுத்த வருடம் வேட்டைத் திருவிழா நடக்கும்.

இந்த வேட்டையும் மூன்று நாட்கள் நடக்கும். முதல் நாள் இரவு இந்த விழா ஆரம்பிக்கும். அன்று ஊரின் மத்தியில் இருக்கும் மந்தையில் (ஆலமரம், சுற்றிலும் சிமெண்ட் மேடை) ஆண்கள், பெண்கள் எல்லோரும் கூடுவார்கள்.

கோயில் பூசாரி, சாமி ஆடுபவர்மீது மஞ்சள் தண்ணீர் ஊற்றி, மாலை போடுவார். ஊர் முக்கியஸ்தர்கள் எல்லாம் அவர் காலில் விழுந்து வேட்டைக்குப் போவதற்கு அனுமதி கேட்பார்கள். நான்கைந்து பேர் கோயிலின் மிகப் பெரிய அரிவாளைப் பிடித்துக்கொள்ள, சாமி ஆடுபவர் மீது அருள் வந்து குதித்து அரிவாளின் கூரான பகுதியில் ஏறி நிற்பார். பெண்கள் எல்லோரும் குலவை போடுவார்கள்.

சாமி, எந்தத் திசையில் போக வேண்டும் என்று சொல்லி, எவ்வளவு நேரத்தில் வேட்டைக் கிடைக்கும் என்றும் சொல்லும். சாமியிடம் அனுமதி வாங்கியதும்.

கட்டுச் சோறு மூட்டையுடன் ஆண்கள் மட்டும் வேட்டைக்குக் கிளம்புவார்கள். ஆளாளுக்கு கம்பு, அரிவாள், பறை என்று எடுத்துச் செல்ல, எல்லோரும் குலவை போட்டு வழி அனுப்புவார்கள்.

மறுநாள் மாட்டு வண்டிகளை மந்தையில் கொண்டு வந்து நிறுத்திவிடுவார்கள். வீட்டிலுள்ள சிறுவர், சிறுமியர் அவர்களது அப்பா, அண்ணன்களுக்கான சாப்பாட்டை எடுத்துக்கொண்டு வண்டியில் ஏறுவார்கள்.

காட்டெருமை அல்லது மான் என ஏதேனும் விலங்கு ஒன்றை வேட்டையாடி, அதை அலங்கரித்து ஊர்வலமாக எடுத்து வருவார்கள். அந்த நேரம் பார்த்து, சிறுமிகளும், பெண்களும் அலங்காரம் செய்துகொண்டு, வேட்டைக்குப் போய் வந்தவர்களை வரவேற்பதற்காகக் கூடுவார்கள்.

ஊர் இளசுகள் தாரை, தப்பட்டங்களுடன் நடனம் ஆடியபடி வர, அதற்குப் பின்னால் சிலம்பாட்டம், கரகாட்டம், அத்துடன் வேண்டுதலுக்காக மாறு வேடம் அணிந்தவர்கள் ஆடி வர, பின்னால் வேட்டை வைக்கப்பட்டுள்ள வண்டியும், வேட்டைக்குப் போனவர்களும் வருவார்கள். ஒவ்வொரு தெரு முனையிலும் சிறிது நேரம் நின்று ஆட்டங்கள் நடக்கும்.

விளையாடு!

அன்று இரவு ஊர் மந்தையில் ஆடல், பாடல் நிகழ்ச்சி, கரகாட்டம், கொட்டுக்கார வேஷம் போன்றவை நடைபெறும். அடுத்த நாள் மதியம் அந்த வேட்டையை எல்லா வீடுகளுக்கும் பங்கு போடும் 'கரை' நடைபெறும். 'கரை' ஆரம்பித்தவுடன் பெண்கள், ஆண்களின் மீது மஞ்சள் தண்ணீர் ஊற்ற ஆரம்பிப்பார்கள். விரட்டி, விரட்டி மஞ்சள் தண்ணீர் ஊற்றும் வைபவத்துடன் வேட்டைத் திருவிழா இனிதே நிறைவடையும்.



விலங்கு வேட்டை என்பது தார்மிக ரீதியாக நியாயப்படுத்த முடியாது என்றாலும், எப்போதும் கூலிவேலை செய்து அலுத்துப் போன மக்களுக்கு, அந்த மூன்று நாட்கள் தரும் சந்தோஷம் அடுத்த ஊர்த் திருவிழா வரை உற்சாக டானிக்காக அமையும்.

இப்போது எனக்குத் திருமணமாகி, வெவ்வேறு ஊர்களில் சுற்றிக் கொண்டிருக்கிறேன். சிறு வயதில் நான் பார்த்த திருவிழாக்கள், அதில் நடந்த நிகழ்ச்சிகள், சுவையான சம்பவங்கள் அனைத்தும் இப்போதும், நினைத்துப் பார்த்துச் சந்தோஷப்படக் கூடிய பொக்கிஷங்கள்!

பின்குறிப்பு : இந்த வேட்டை நிகழ்ச்சி, வனத் துறையினரிடம் முறையாக அனுமதி பெற்றே நடக்கக் கூடியது. ஆனாலும் சமீப காலமாக, அரசாங்கம் விதித்துள்ள மிருக வதைத் தடையால் வேட்டை நடைபெறுதில்லை.

- எஸ்.பி.நந்தினி,
டி.கள்ளிப்பட்டி

ஜெயஸ்ரீ ராஜ் நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி-2009



வாசகியரே... உங்கள் படைப்புத் திறனை நிரூபிக்க மீண்டும் ஒரு வாய்ப்பு!

முதல் பரிசு ரூ.10,000
இரண்டாம் பரிசு ரூ.7,500
மூன்றாம் பரிசு ரூ.5,000

விதிமுறைகள்:

★ பெண்கள் மட்டுமே கலந்து கொள்ள வேண்டும், முழு முகவரி, புகைப்படம் தேவை.

★ மங்கையர் மலரில் நான்கு பக்கங்களுக்கு மிகாமல் இருப்பது நல்லது.

★ சொந்தக் கற்பனைதான் என்பதற்கு உறுதி மொழிக் கடிதம் வேண்டும். அது இல்லாத கதைகள் பரிசீலிக்கப்பட மாட்டா.

★ கையால் எழுதப்பட்ட அல்லது தட்டச்சு செய்யப்பட்ட கதைகள் மட்டுமே ஏற்றுக் கொள்ளப்படும். ஜெராக்ஸ் பிரதிகள் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட மாட்டா.

★ முழு வெள்ளைத்தாளில் ஒரு பக்கத்தில் மட்டுமே எழுத வேண்டும்.

★ ஒருவரே எத்தனை கதைகள் வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம்.

★ போட்டிக்கு அனுப்பும் கதையை, முடிவுகள் வெளியாகும்வரை வேறு இதழுக்கோ, இணையதளத்துக்கோ, போட்டிக்கோ அனுப்பக் கூடாது.

★ பரிசுக்குரிய கதைகளை நடுவர் குழு பரிசீலித்துத் தேர்ந்தெடுக்கும். சந்தேகம் எழும் விஷயங்களில் ஆசிரியரின் தீர்ப்பே இறுதி.

★ முடிவு வெளியாகும்வரை, எவ்வித கடிதப் போக்குவரத்தோ, தொலைபேசி விசாரிப்புகளோ கூடாது.

★ தேர்வாகாத கதைகள் திருப்பி அனுப்பப்படமாட்டாது.

★ முதல் பரிசுக் கதை ஆகஸ்ட் இதழில் வெளியாகும்.

ஜெயஸ்ரீ ராஜ் நினைவுச் சிறுகதைப் போட்டி - 2009

என்று உறையின் மேல் தவறாமல் குறிப்பிட்டு அனுப்ப வேண்டிய முகவரி:

ஆசிரியர், மங்கையர் மலர், கல்கி பில்டிங்ஸ்,
47-NP, ஜவஹர்லால் நேரு சாலை,
ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

கதைகள் வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : ஜூலை 6

குட்டீஸ் ஜாலி

எனது பேத்தி குவைத்திலிருந்து வந்தவள். சென்னையில் வங்கி அதிகாரியிடம் தனக்கு சேமிப்புக் கணக்கு திறக்கக் கோரினாள். அப்போது என் ஐந்து வயது கொள்ளுப்பேத்தி. மேனேஜரிடம் ''எனக்கும் அக்கௌன்ட் ஒபன் செய்வீங்களா?'' என்று கேட்டதும் அனைவரும் சிரித்துவிட்டார்கள்.



மேனேஜர் அவளது புத்திசாலித்தனத்தை வியந்து, அவளுக்கு ஒரு உண்டியலைக் கொடுத்து ''உனக்கும் ஓபன் செய்து விட்டேன்'' என்றார். இப்போது அவளும் மிகப் பெருமையுடன் உண்டியலில் பணம் சேர்க்கிறாள்!

- கமலம்,
மேற்கு தாம்பரம்

எனது பேத்தி அழகு மீனாவுக்கு, காக்கா, ஜாடியில் தண்ணீர் குடித்த கதையைச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன்.

''ஜாடியில் கொஞ்சம் தான் தண்ணீர் இருந்ததாம். அதைக் காக்கா எப்படிக் குடிக்கும்?'' என நான் கேட்க, இரண்டே வயதாகிய அந்த வாண்டு, ''தம்ளர் எடுத்து மோந்து குடிக்கும்'' என்று பதில் சொன்னாளே பார்க்கலாம்.

இந்தக் காலக் குழந்தைகளுக்கு அறிவு அதிகம் என்பதால், நாம் காலத்துக்கேற்றாற்போல் கதை சொல்ல வேண்டுமோ?

- கே.உண்ணாமலை, காரைக்குடி

ராமர் நெத்தியில் கலைஞர் டீவி!

நாங்கள் டி.வி.யில் 'இராமாயணம்' தொடர் பார்த்துக் கொண்டிருந்தோம். சுக்ரீவனும், ராமர் - லட்சுமணரும் சந்தித்துப் பேசிக் கொள்ளும் காட்சி ஒளிபரப்பானது.

அப்பொழுது என்னுடைய ஐந்து வயது பேத்தி, ''ராமர் நெத்தியிலே கலைஞர் டி.வி. வெச்சிருக்கார்'' என்று சொல்ல, ஒருவருக்கும் ஒன்றும் புரியவில்லை.

பிறகுதான் புரிந்தது. ராமரின் நெற்றியை அலங்கரித்திருந்த திலகமானது, கலைஞர் டி.வி.யின் உதயசூரியன் சின்னம் போல இருந்தது. அவளது நுணுக்கமான கவனிப்பைக் கண்டு ஆச்சரியப் பட்டோம்.



- ஜி.சசிகலா,
ஸ்ரீரங்கம்.

அனுராதா சேகர்

நானும் சாயி பாபவை மேஜிக் சூப்பர் மேன் என்றுதான் நினைத்திருந்தேன். ஆனால், ஷீரடி பாபா மேல் எனக்கு அசைக்கமுடியாத நம்பிக்கை இருந்தது. ஒரு சாயி அன்பர், ''உனக்கு ஷீரடி பாபாவின் மேல் அபார நம்பிக்கை உள்ளதால், சாயிராம் உன்னிடம் வருவார்'' என்று சொன்னார். அப்போது கூட அலட்சியமாகச் சிரித்தேன்.

தில்லியில் ஒரு பள்ளியில் ஆசிரியையாகப் பணிப்புரிந்தபோது, ஒரு நாள் பள்ளியிலிருந்து வந்தவுடன் திடீரென்று தலைசுற்றி வாந்தி எடுத்தேன். அன்று, வயிறுக்குப் பட்டினிப் போட்டுவிட்டு மறுநாள் சரியாகிவிடும் என்று நினைத்தேன். ஆனால், கை கால்களில் ஒரு நடுக்கம். நாலு அடி எடுத்து வைத்தால்

பகவான்

13



பேலன்ஸ் போய் உட்கார வைத்தது.

ஒரு டாக்டரிடம் ஓடினேன். டெஸ்ட் ஸ்கேன் என்று எடுத்தோம் எல்லாம் நார்மல். ஒரே மாதத்தில் ஐம்பத்து ஆறு கிலோவிலிருந்து ஐம்பது கிலோ எடை ஆகிவிட்டேன். பளிச் சென்று மூன்று வேளையும் ஆடை மாற்றும் நான், பித்துப் பிடித்தாற்போல், தலையும் வாராமல் உட்கார்ந்திருந்தேன். திடீரென்று அழுகை வரும். ஏதேதோ வைத்தியம் பார்த்து தில்லியில் ஒன்றும் சரியாக வில்லை என்று சென்னைக்கு வந்தேன்.

அனுமான் தாசர் ஒருவர், என்னைப் பார்த்து ஏதோ கழிப்பை மிதித்துவிட்டதாகவும், அதனால் செய்த மந்திரங்களினால் பாதிக்கப்பட்டிருப்பதாகவும், உடனடியாகப் பரிகாரங்கள் செய்ய வேண்டும் என்றும் சொன்னார். எலுமிச்சம் பழங்களை வெட்டி, குங்குமம் தடவி, சுடுகாடு பக்கம் போடச் சொன்னார். மந்திரித்த விபூதியை அளித்தார். அதை இரவு தடவிக் கொண்டவுடனேயே உடம்பு தணலில் போட்



பாபா!

இறைவனுடன் இனிய அனுபவங்கள்!



* என்.ஆர்.சரஸ்வதி

எனக்கு வயது ஐம்பத்து மூன்று. பத்து வருடங்களுக்கு முன்பு எனது ஃபிளாட்டை விற்க வேண்டிய சூழ்நிலை, நாளிதழில் விளம்பரம் கொடுத்தேன். எனக்குத் தெரிந்த நண்பர்களிடமும் சொல்லி வைத்திருந்தேன். ஆனால் எதுவுமே பயனளிக்கவில்லை.

ஒரு நாள், எனக்கு அறிமுகமில்லாத ஒரு தம்பதி, என்னைத் தேடி வந்தனர். அவர்கள் பகவான் ஸ்ரீசத்ய சாயியின் பக்தர்கள். கருணையே உருவான பகவான், அந்தத் தம்பதியரிடம் எனது வீட்டின் விலாசம் அடையாளம், எல்லாவற்றையும் சொல்லி, அதை விலைக்கு வாங்கும்படி உத்தரவிட்டிருக்கிறார். அவர்களும் வந்து நான் சொன்ன விலைக்கு, மறுப்பேதும் சொல்லாமல் முன் பணம் கொடுத்துவிட்டனர்.

பகவான் ஸ்ரீசத்ய சாயி பாபாவின் கருணை மழை என் மேல் பொழிந்து கொண்டிருப்பதை அன்று நான் உணரவில்லை.

அதன் பின் ஒன்றன் பின் ஒன்றாக. அவர் என் குடும்பத்தில் நிகழ்த்திய அற்புதங்களின் மூலம் எங்கள் மனத்தில் நுழைந்துவிட்டார். அதை எழுத்தால் எழுதினால் மட்டும் போதாது. நிர்மலமான மனதுடன் உணர்ந்தால்தான், அருமையும் பெருமையும் புரியும்.

- என்.ஆர்.சரஸ்வதி, சென்னை

என் கணவருக்கு, மலேஷியாவில் வேலை கிடைத்து அங்கே இருக்கிறோம். இரண்டு வருடங்களுக்கு முன் ஒரு நாள், நான் ஷாப்பிங் போயிருந்தேன். ஒரு திருடன், சட்டென்று என் கைப்பையைப் பறித்துக் கொண்டு ஓடிவிட்டான். அதற்குள் சில நகைகளும், என் பாஸ்போர்ட்டும் இருந்தன. நான் அப்படியே 'ஓ' என்று அழுது கொண்டு உட்கார்ந்துவிட்டேன். மனமெல்லாம் 'சாய்ராம்.. சாய்ராம்' என்று பதறியபடி இருந்தது.

உடனே, கடவுள்மீது பாரத்தைப் போட்டுவிட்டு, இந்தியத் தூதரகம், பாஸ்போர்ட் அலுவலகம் எல்லாவற்றுக்கும் நேரில் போய் புகார் கொடுத்துவிட்டு வந்தோம்.

மூன்று நாட்கள், மூன்று யுகங்களாகக் கழிந்தன. பாபாவிடம் அழுது தொழுதபடி இருந்தேன். நான்காவது நாள், வெள்ளைக்காரர் ஒருவர் என்னைத் தொடர்பு கொண்டார்.

''மாலதி விஜயன் என்கிற பெயர் கொண்ட பாஸ்போர்ட் என்னிடத்தில் உள்ளது. வந்து வாங்கிக் கொள்ளுங்கள்'' என்றார். எனக்குப் போன உயிர் திரும்ப வந்தது. பாபாவுக்கு நன்றி சொல்லிவிட்டு, அவர் இருந்த இடத்துக்குப் போனோம்.

* மாலதி விஜயன்



''நான், இன்று என்னுடைய நாயுடன் வாக்கிங் போனேன். ஒரு குறிப்பிட்ட இடம் வந்தபோது, என்னுடைய நாய் பயங்கரமாகக் குரைத்தபடியே, சுற்றிச்சுற்றி வரத் தொடங்கியது. அந்த இடத்தில் பாபாவின் சின்னஞ்சிறு படம் தென்பட்டது. நான் ஏற்கெனவே அவரை அறிந்திருந்தேன் என்பதால், ஆவலுடன் கையிலெடுத்துப் பார்த்தபோது, அதனுடன் ஒட்டிய

டது போல் எரியத் தொடங்கியது. பின் திரும்ப தில்லி வந்தேன்.

சீரடி சாயி பாபா முன் அமர்ந்து கதறினேன். மூன்று மாதங்கள் லீவு எடுத்தாயிற்று. பள்ளி நிர்வாகத்தினர், என்னைத் திரும்ப வேலையில் சேரும்படி அழைத்தனர்.

அப்போதுதான் அந்த அற்புதம் நடந்தது. என் அப்பா மும்பையில் இருந்தார். அவருக்கும் சாயி பகவானிடம் ஈடுபாடு இல்லை. ஒரு நாள் ஒருவர் கதவைத் தட்டி, 'நீங்கள்தான் கோபாலனா?'' என்று கேட்டிருக்கிறார். ''யார் நீங்கள்?'' என்று வினவிய என் அப்பாவிடம். ''நான் சால் பேகர். உங்கள் மகளது உடல்நிலை கவலைக்கிடமாக இருப்பதால், உடனே இந்த சாய் பகவான் விபூதியை அனுப்புங்கள். சாயி இதைக் கொடுக்கும்படி சொன்னார்'' என்று கொடுத்தாராம்.

என் அப்பாவும், வியப்புடன் அதை எனக்கு அனுப்பினார். ஏதோ அம்பாள் பிரசாதம் என்று நினைத்துப் பிரித்தேன். அதில் சாயி படமும் விபூதியும் இருந்தன. கண்ணீர் மல்க அதை இட்டுக் கொண்டேன். உடனே எனக்கு சமையலறை வரை போக சக்தி கிடைத்தது. என் தோழி, எனக்கு ஃபோன் செய்து; நாளை தயாராக இரு'' சாயி பஜன் போகலாம். நானே வந்து ஆட்டோவில் அழைத்துப் போகிறேன். இது சாயிபாபாவின் உத்தரவு என்று நினைத்துக்கொள்'' என்றாள்.

மறுநாள் பஜனுக்குப் போனோம். அங்கு பஜன் நடந்தபோது, நான் அழத் தொடங்கினேன். கடைசி ஆரத்தி வரை கண்ணீர் நிற்கவில்லை. கடைசியில் ஒரு பெண்மணி என் நெற்றியில் விபூதியைத் தடவி, வாயிலும் இட்டாள். வரிசையாக அவளுடன் மூன்று நாட்கள் பஜனைக்கும்

படி, மண்ணில் மறைந்திருந்த பாஸ் போர்ட்டும் வெளிவந்தது!'' என்றபடி என்னுடைய பாஸ் போர்ட்டைத் தந்தார்.

நகை, பணத்தை எடுத்துக்கொண்ட திருடன், பாஸ்போர்ட்டைத் தூக்கி வீசியிருக்கிறான். இலேசான மழை பெய்து, மண் மூடியதால் பாஸ்போர்ட் பறந்து போகாமல் இருந்திருக்கிறது. ஸ்ரீபாபாவின் படம் அதை நனையாமல் காப்பாற்றியுள்ளது என்பதை அறிந்த நாங்கள் பரவசமாக நின்றோம்.

- மாலதி விஜயன், சென்னை

சாயி பஜன்ஸ் எனக்கு மிகவும் பிடிக்கும். எங்கள் வீட்டில் சத்ய சாய் படம் எதுவும் கிடையாது. ஒரு நாள் மாலை நானும் என் கணவரும் பேசிக் கொண்டிருந்தபோது, ''நம்ப வீட்டுல பாபா படம் வைக்க ஆசையாக இருக்கிறது. நல்ல அழகான படம் வாங்க வேண்டும்!'' எனச் சொல்லிக் கொண்டிருந்தேன்.



✱ எம்.மாலதி மணியன்

மறுநாள் காலை என் கணவர், ''சீக்கிரம் இங்க வா; இங்கே வந்து பாரேன்'' என உரக்கக் கூப்பிட்டார். பேப்பர் போடும் பையன் வழக்கம்போல, நாளிதழைத் தூக்கிப் போட்டு விட்டுப் போயிருக்கிறான். உள்ளே கைகளை ஆசீர்வதிப்பதுபோல ஸ்ரீ சத்ய சாயியின் அழகிய வண்ணப் படம். எப்படி இது சாத்யம்?

உடம்பெல்லாம் சிலிர்த்துப் போய் எனக்குக் கண்ணீர் வழிந்தது. ''நீங்கள் ஆத்மார்த்தமாக ஆசைப்பட்டீர்கள்; நானே வந்து விட்டேன்!'' என்றபடி சிரித்துக் கொண்டிருக்கிறார்.

மறுநாள் பேப்பர் போடும் பையனிடம் விசாரித்தோம். ''நான் ஏன் சார் வைக்கப் போறேன். எனக்கு எதுவும் தெரியாதே?'' என்றான். யாருக்குக் கிடைக்கும் இந்த பாக்யம்?

- எம்.மாலதிமணியன், புதுச்சேரி

போனேன். உடம்பில் கொஞ்சம் தெம்பு வந்தது.

ஒரு வாரம் கழிந்தவுடன் என் பள்ளியிலிருந்து ஆசிரியர் ஒருவர் ஃபோன் செய்தார். ''இமய மலையிலிருந்து ஒரு பாபா (90 வயதுக்குமேல்) கோயிலுக்கு வந்திருக்கிறார். அவரை அழைத்துக் கொண்டு உங்கள் வீடு வருகிறேன்'' என்றார். அவர் வந்ததும் என் உள்ளங்கையை முகர்ந்துப் பார்த்து ''ஏதோ மந்திரித்த கழிப்பை மிதித்திருக்கிறாய். உயிருக்கே அபாயமானபோது சாயி வந்து காப்பாற்றியிருக்கிறார். மூன்று நாட்கள் மந்திரிக்கிறேன். பிறகு படிப்படியாகக் குணமாகும்'' என்றார். அவரோ வயதானவர். காலில் வேறு ஏதோ அடி. அப்படி



யும் வீடு வந்து மந்திரித்துப் போனார்.

நான் மனம் நெகிழ்ந்து அவருக்கு வேட்டி வாங்கிக் கொடுத்தேன். ''நஹீ பேட்டி! ஸவாரூப்யா தே; பஸ்'' என்றார். சீரடி பாபாதான் ஸவா ரூப்யா அதாவது 'ஒண்ணே கால் ரூபாய்' காணிக்கையாகக் கேட்பார். அவர் எனக்கு சாயி பகவானாகவே தெரிந்தார்.

இரண்டே மாதங்களில் சத்ய சாயி காயத்ரி தினமும் சொல்லி, விபூதியை வாயில் போட்டுக் கொள்ள, ஒரு மருந்துக்கும் குணமாகாத உடம்பு, நன்றாக குணமாகத் தொடங்கியது. அன்று சத்ய சாயிபாபாவிடம் ஒன்றியவள்தான். இன்று எனக்கு எல்லாமே சாயிதான்!

- விசாலம், சென்னை



நாங்கள் சாயி அன்பர்கள். கடந்த மூன்று மாதத்துக்கு முன்பு வேலூரில் உள்ள ரத்தினகிரி முருகன் கோயிலுக்குச் சென்றோம். முருகனுக்கு அபிஷேகம் முடிந்தது; கண்ணாரக் கண்டு மகிழ்ந்தோம். திரை போட்டு அலங்காரம் செய்யத் தொடங்கியதும் நாங்கள் அனைவரும் சாயி பஜனையிலிருந்து சில முருகன் பாடல்களைப்பாடினோம். அலங்காரம் முடிந்து, திரை விலகியது. எங்கள் கண்களை எங்களாலேயே நம்ப முடியவில்லை.

முருகனுக்குப் பதிலாக, ஆரஞ்சு நிற வண்ண உடையில் கம்பீரமாக சாயிபாபா நின்றிருந்தார். அனைவரும் 'சாயிராம் சாயிராம்' என்று ஆனந்தக் குரலெடுத்துக் கூவினோம். கோயிலுக்கு வந்த அன்பர்களில் சிலர், பரட்டைத் தலை சாமியார் என்றனர். இன்னும் சிலர் ''யார் இந்த சுவாமி?'' என்று வியந்து கேட்டனர். தீபாராதனை செய்து முடிந்ததும் சுவாமி மாயமாக மறைந்து, முருகனாக மாறிவிட்டார். என்ன ஒரு அற்புதம்! எல்லா தெய்வ வடிவங்களும் நானே என்பதைப் புரிய வைத்துவிட்டார்! என் வாழ்நாளில் மறக்க முடியாத சம்பவம் இது.

- எஸ்.பத்மா,
சென்னை

1977 பாவின் அற்புதங்களைப் பலரும் பலவாறு பேசிக்கொண்டிருந்த காலம் வயது ஏறிக் கொண்டே போகும் என் தங்கைக்கு, இன்னமும் திருமணம் கூடவில்லையே என்ற துயரத்தில் இருந்தோம். ஆனால் பாபாவின் அருளை நாட வேண்டும் என்று எனக்குத் தோன்றவில்லை.

நான் குடியிருந்த கமலா லட்சுமி காலனி, வழியே அவ்வப்போது பாபாவின் பஜனை கோஷ்டி செல்வதுண்டு. எங்களது மன வேதனையை அறிந்திருந்த, எங்கள் காலனி செட்டியாரம்மா ஒரு நாள், ''ஏன் தம்பி, பாப்பா விஷயமாக ஒரு முறை புட்டபர்த்தி போய் பாபாவைக் கண்டு வரலாமே'' எனச் சொன்னார். அவரது பேச்சைத் தட்டிக் கழிக்க விரும்பாமல், ''அதற்கென்ன போய் வருகிறேன், ஆனால் ஒரு நிபந்தனை!'' என்றேன். ''அதென்ன நிபந்தனை?'' எனக் கேட்டார்.

''இன்றைக்கு தேதி பதினெட்டு. பாபா இந்த வாரத்தில் ஒரு தடவை என் கனவில் வந்தால், நான் புட்டபர்த்தி போய் வருகிறேன்'' என்று கூறினேன்.

என்ன அற்புதம்! இருபதாம் தேதி பாபா என் கனவில் வந்தார். அதோடு உன் தங்கைக்கு, வரும் இருபத்து மூன்றாம் தேதி மாப்பிள்ளை வருவார் என்று மாப்பிள்ளையின் பெயரையும் குறிப்பிட்டுச் சொன்னார். அதன்படியே இருபத்து மூன்றாம் தேதி பாபா கனவில் சொன்ன அதே பெயரைக் கொண்ட ஒரு மாப்பிள்ளை, தானாகவே எங்கள் வீடு தேடி பெண் கேட்க வந்தார். அவருக்கே என் தங்கையை மணம் முடித்தோம். அவர்கள் இன்றும் இனிதே வாழ்ந்து கொண்டிருக்கின்றனர்.

அதன் பிறகு நான் பல தடவை புட்டபர்த்தி, ஒயிட் ஃபீல்டு போன்ற இடங்களில் பாபாவின் தரிசனங்களைப் பெறும் பாக்யம் செய்துள்ளேன்.

✱ கே.பாலசுந்தரம்

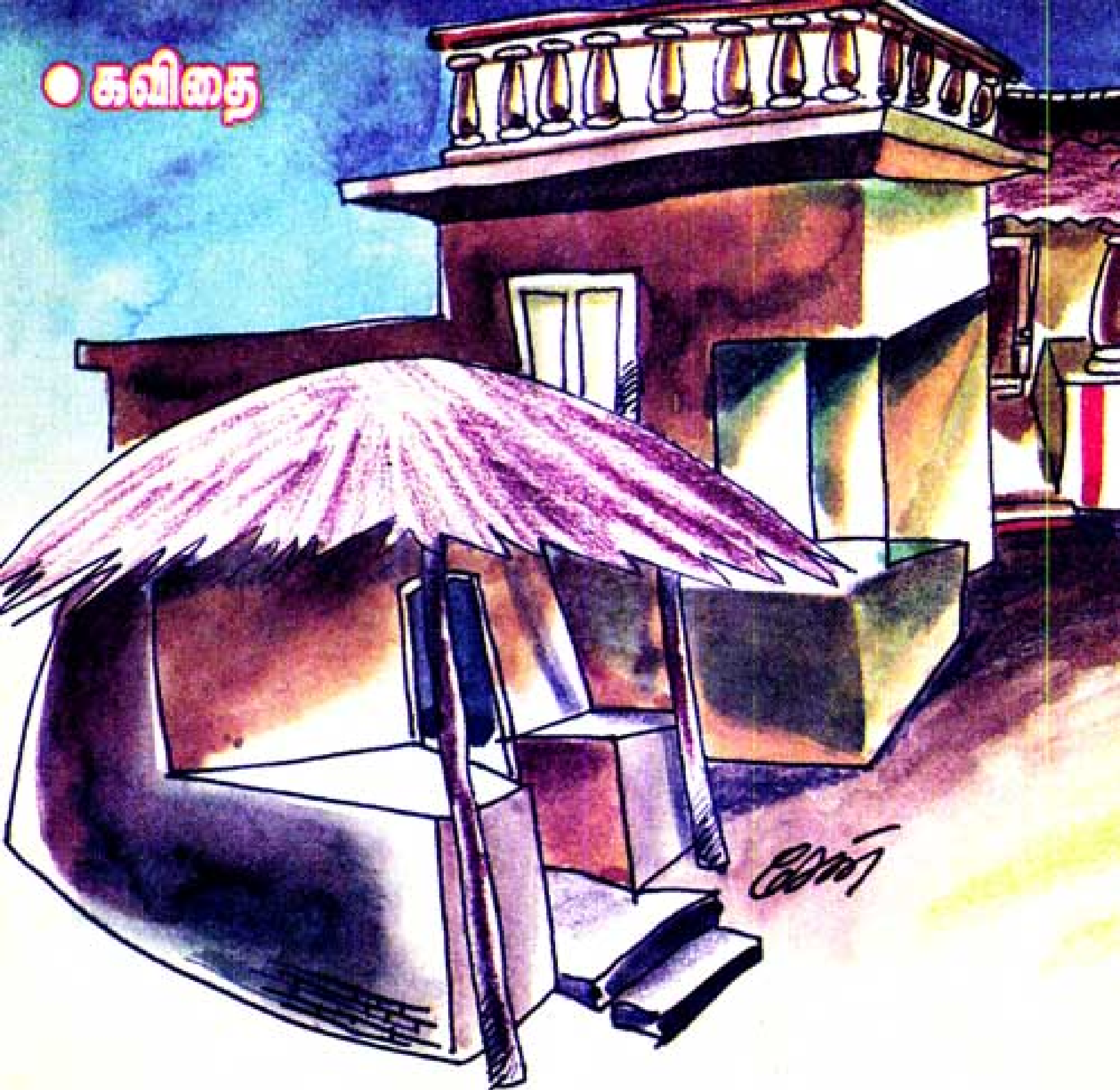


இதை வேறு யாராவது எனக்குச் சொல்லியிருப்பார்களேயானால், எளிதில் நம்பியிருக்கமாட்டேன். இது நான் உணர்ந்த பாபாவின் அற்புதம்!

- கே.பாலசுந்தரம்,
தர்மபுரி

(வாசகர்கள் அனுபவங்கள் தொடரும்)

● கவிதை



கிராமத்து வீடுகளில் திண்ணையில்லா
வீடு தேடினாலும் கிடைக்காது
பெரிய திண்ணை, சின்ன
திண்ணை ஒட்டுத்திண்ணை;
பெரிய மருது, சின்ன மருதுவாய்
மகுடம் தரிக்காத மகாராஜாக்கள்
ஆண்டு சரித்திரம் படைத்தவை :
ஒன்றா இரண்டா? எடுத்துச் சொல்ல மாளாது:
வெற்றிலைப்பெட்டியும், வெங்கலகூஜா
வுமாக, திண்ணையில் உட்கார்ந்து
வயல்வரப்பு, மடவாய்ச்சண்டை,
அண்ணன் தம்பி குடும்பச் சண்டை
பாகப்பிரிவினை, பண்ணை ஆட்களுக்கு
பஞ்சாயத்து, கோர்ட்டுக்குப் போகாம
காசு வாங்காத, நியாயமான கட்டைப்
பஞ்சாயத்து நடக்கும்;
பிள்ளைகள் நிறைந்து ஒரு திண்ணை,
பள்ளிக்கூடமாய் ஆகிவிடும்;
சீனா மாமாவீட்டுத் திண்ணையிலே
தினம் தினம் நடக்கும் சீட்டுக்கச்சேரி
சாயங்காலம்
வரைக்கும் ஓயாது

குருக்கள் வீட்டுத் திண்ணையிலே
விபூதிமந்திரிக்க,





திண்ணை

தாயத்து, குறிகேட்க வரும் கூட்டம்;

தெருக்குழந்தைகளுடன்,
கட்டம், சோழி
பல்லாங்குழி, கல்லாங்காய்,
புளியங்கொட்டை ஆட்டம்
ஆடும் சங்கரி அத்தை திண்ணை;
நாட்டுச்சேதி, வீட்டுச்சேதி
அரசியல் சேதி, அக்குவேறு ஆணி
வேறாக அலச
தெருவே கூடும், நியூஸ்பேப்பர்
மாமா வீட்டுத் திண்ணை;

வீட்டுப்பசங்க ராத்திரி,
''திண்ணையிலே படுக்கிறேன்,
காத்துவரலே'' உள்ளே எனச்
சொல்லி, தலையணைமேலே போர்வையால்
மூடித்தூங்குவது போல வைத்துவிட்டு
இரண்டாம் பிளே சினிமாவுக்குப்
போக உதவிய திண்ணை;
காற்றாட உட்கார்ந்து களிப்பும்
சிரிப்புமா இயற்கைக்காற்றை
அணு அணுவா ரசித்து,
மகிழ்ந்திருந்த திண்ணை;

அத்தனையும் விட்டுவிட்டு
நாம் பட்டணத்துப்
பகட்டுக்கு ஆசைப்பட்டு, ஓடி வந்து,
அலங்காரமாய் நிற்கும்
அடுக்குமாடிக் கட்டடங்களில்
மூடிப்போட்ட ஜாடியாய்
அடைபட்டு மூச்சு முட்ட, சாத்திய
கதவுக்குள், காற்றைகாசு
கொடுத்து ஃபேன், ஏஸி என வாங்கி
கரண்ட் போய், வியர்வை வெள்ளத்தில்
மூழ்கி, சோபாவில்
உட்கார்ந்தால், ஐயகோ! கூர்முள்ளாய்க்
குத்துது, குஷன் வைத்தசோபா!

கிராமத்துத் திண்ணை நினைவுகளில்
அலைபாயும் நெஞ்சில் ஏக்கம்வடியுது:
இனித் திண்ணை யோடு வீடு கிடைக்குமா?
கிடைக்குமா?

- பிச்சை சுவாமிநாதன்,
தேதியூர்

பெண்களின் பலங்களும் பலவீனங்களும்

சி.எஸ்.தேவநாதன், குட்புக்ஸ் பப்ளிகேஷன்ஸ், சென்னை - 40.

விலை ரூ.50/-

பலங்கள், பலவீனங்கள், பார்வைகள் என்று மூன்று பகுதிகளாகப் பெண்களைப் பற்றிய நிலை விளக்கப்பட்டிருக்கிறது. உரிய நடைமுறை உதாரணங்களும் உண்டு.

பெண்ணால் முடியும்

அனுராதா ரமணன், தங்கத் தாமரை பதிப்பகம், சென்னை - 20.

விலை ரூ.75/-

சுவாரஸ்யமான கதை போலவே வாழ்க்கை அனுபவங்களையும் பயனுள்ள விதமாக எழுதுகிறவர் அனுராதா ரமணன். பெண்கள் மன உறுதியோடு செயல்பட்டு வெற்றிகாண உதவுகிற கட்டுரைகளின் தொகுப்பு.

திருமால் திருவருள்

வ.ந.கோபால தேசிகாசாரியார். திருவரசு புத்தக நிலையம், சென்னை - 17.

விலை ரூ.100/-

ஆதிசங்கரரின் சிந்தனைகள், திருமங்கை ஆழ்வாரின் சிந்தனைகள் உட்பட வைணவம் சார்ந்த பல ஆன்மிக விஷயங்களைப் பற்றிய கட்டுரைகளின் தொகுப்பு.

அங்கும் இங்கும் கொலை உண்டு

அகதாகிறிஸ்டி - தமிழில்: கொரட்டூர் ஸ்ரீனிவாஸ், கண்ணதாசன் பதிப்பகம், சென்னை - 17. விலை ரூ.120/-

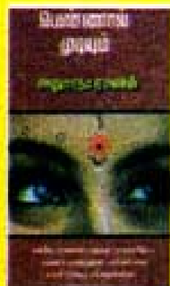
விறுவிறுப்பான க்ரைம் நாவலின் சுவையான தமிழாக்கம். எடு, படி, முடி - ரகம்.

குறைந்த செலவில் கைவினைப் பொருள்கள் தயாரிப்பு

ரமணி ரங்கநாதன், மணிமேகலைப் பிரசுரம், சென்னை - 17. விலை ரூ. 40/-

தேய்ந்து போய்ப் பழசான பிளாஸ்டிக் மேஜை விரிப்புகளுக்குக் கூட கலை வடிவம் தந்து விடலாம் என்கிறார் ஆசிரியர். அதிக படங்களோடு வெளியாகியுள்ள பயன் தரும் நூல்.

புக் பேங்க்










படிக்க... பயன் பெற...

சொல்லத் துடிக்குது மனசு

கலை மாமணி வீ.கே.டி.பாலன், மதுரா வெளியீடு, சென்னை - 8.

விலை ரூ.100/-

'பில்கேட்ஸே ஆனாலும் பசிநேரத்தில் பணத்தைத் தின்ன முடியாது' என்பது போன்ற சிந்தனைகளோடு வாழ்க்கையின் பல கூறுகளையும் சுவைபட எழுதுகிறார் ஆசிரியர். பண்பாட்டைச் சிதைக்கும் சுற்றுலா அவலங்களைப் பற்றிய 'சாடல்' கவனம் பெற வேண்டிய கட்டுரைகளுள் ஒன்று.

- வாசகன்

வாடிக்கையாளர்கள் அனைவருக்கும் மனமார்ந்த நன்றி!

ஆடிமாத சிறப்பு தள்ளுபடி விற்பனை ஆரம்பம்...

1.7.2009 to 31.7.2009



உங்கள் கண்களை கவரும் Temple Jewels, பல வண்ணங்களில், பலவித டிசைன்களில் உங்கள் பல்சானி ஜுவல்லர்ஸ்-ல் மிகமிக குறைந்த விலையில் அறிமுகமாகி உள்ளது.

இளைய தலைமுறையை சுண்டி இழுக்கும் வெள்ளியில் பதித்த அமெரிக்கன் டயமண்ட் நகைகள், அழகான டிசைன்களில்.. குறைந்த விலையில்!

பாலீஷ் போய்விடுமோ என்ற கவலை வேண்டாம். மீண்டும் பாலீஷ் செய்து கொள்ளலாம். இதன் விலை ரூ.1000/- முதல் ஆரம்பம்.



நீங்கள் வாங்கிச் செல்லும் 1/2 கிராம் தங்க நகையை உபயோகப்படுத்திய பின் ஆறு மாதத்துக்குள்ளும், ஒரு கிராம் தங்க நகையை உபயோகப்படுத்திய பின் ஒரு வருடத்திற்குள்ளும் எங்களிடம் திருப்பித் தந்தால், 50 சதவிகிதம் தள்ளுபடி செய்து வேறு புதிய நகையை எங்களிடம் பெற்று மீண்டும் நீங்கள் ஜொலிக்கலாம்.

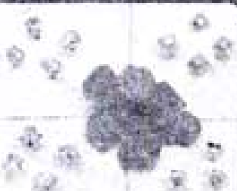


உங்கள் வாழ்க்கையில் வளம் பெற, வியாபாரத்தில் செழிக்க, கண்களை கவரும் விலை உயர்ந்த ஒரிஜினல் ராசிக்கற்களை வெள்ளியில் பதித்து 350 ரூபாய்க்கு குறைந்த விலைக்கு விற்பது நாங்கள் மட்டும்தான் இது தவிர 22 கேரட் ராசிக்கல் மோதிரம் உண்டு. அதுவும் 100 சதவிகிதம் உத்திர வாதத்துடன்.



ஒரு வித ஸ்பெஷல் உலோகத்தின் மேல் 1/2 கிராம் அல்லது 1 கிராம் தங்கம் 'கோட்' செய்யப்பட்டு உருவாக்கும் தங்க நகைகள்தான், இன்றைய பேஷன் உலகின் நவநாகரீக மங்கைகளின் உள்ளத்தில் நம்பர் ஒன் இடத்தை பிடித்திருப்பது!

நீங்கள் வாங்கிச்செல்லும் மூக்குத்தி ஜோடியை தோடுகள் மேல் தோடாகவும் அல்லது குழந்தைகளுக்கு தோடாக அணிவித்தும் அழகுபடுத்தலாம். பரவசப்படுத்தும் எண்ணற்ற வண்ணங்களில் 22 கேரட் தங்கத்தினால் தயாரிக்கப்பட்ட மூன்று மூக்குத்தி வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு Silver Coin இலவசம்.



சிறப்புச் சலுகைகள்:

(1gm மற்றும் American Diamond நகை வாங்குபவர்களுக்கு மட்டும்)

- உங்கள் நகைகளுக்கு 100% உத்திரவாதம் உண்டு.
- ரூ. 100 முதல் ரூ. 1000 வரை மாத சீட்டு உண்டு.
- ரூ 500 முதல் ரூ 1,500 வரை வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு ஜோடி American Diamond கம்மல் இலவசம்.
- ரூ 1,500/- முதல் ரூ. 2,500/- வரை வாங்குபவர்களுக்கு 5per கம்மல் இலவசம்
- ரூ 2,500/- க்கு மேல் வாங்குபவர்களுக்கு ஒரு American Diamond Necklace Set



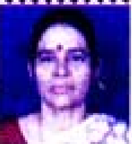
பல்சானி ஜீவல்ஸ் நகைகளை ஆன்லைன் மூலமாகவே வாங்கலாம்! எங்களுடைய புதிதாக ஆரம்பிக்கப்பட்டுள்ள இணையதளம் www.sripalsanijewels.com மூலம் நகை வாங்குபவர்களுக்கு டெலிவரி சார்ஜில் 50% சிறப்புத் தள்ளுபடி வழங்கப்படும்

Sri Palsani Jewels

110, Dr. ராதாகிருஷ்ணன் சாலை, மைலாப்பூர், (ஸ்ரீ கிருஷ்ணா ஸ்வீட்ஸ் அருகில்), சென்னை - 4.
Ph: 2811 1737, 2811 7036 www.sripalsanijewels.com

லக்கி லட்டு!

கிராமப்புறத்தில். புறநகரில் வசிக்கும் உங்கள் தோழி/உறவினருக்கு மங்கையர் மலர் சந்தா கட்டுங்க! சந்தா கட்டும் உங்கள் புகைப்படம் 'லக்கி லட்டு' பகுதியில் பிரசுரமாகும் என்று அறிவித்திருந்தோம். வந்து குவிந்தவற்றில் சிலரை அறிமுகப்படுத்துகிறோம். இதன் தொடர்ச்சி இனி வரும் இதழ்களிலும் பிரசுரமாகும்.

	சந்தா கட்டியவர்		சந்தா பெறுபவர்		நோக்கம்
	சுகந்தி நாராயன், வியாசர்பாடி.		பிரேமா குப்புசாமி, செவ்வாபேட்		மங்கையர் மலர் என் தாயின் வீடு தேடி போக வேண்டும் என்று ஆசை.
	டி.கௌசல்யா, மைலாப்பூர்.		டி.விஜயா, வாடிப்பட்டி, மதுரை.		கிராமத்துத் தாய்க்கு நல்லதொரு தோழி வேண்டும் என்று அனுப்புகிறேன்.
	எம்.கமலினி, சென்னை.		எம்.பானுமதி, இராஜபாளையம்.		சந்தா பரிசு.
	மரகதம் ராகவசிம்மன், சென்னை.		சுகந்தா ரங்கநாதன், சேலம்.		பிறந்தநாள் பரிசு. (திருஆடிப்பூரம்)
	கே.பட்டு, சென்னை.		ராஜேஸ்வரி ரமேஷ், அம்பத்தூர், சென்னை.		எழுத்து ரசனை மிக்க என் அன்பு மருமகளுக்கு அன்புப் பரிசு.
	எஸ்.புவனேஸ்வரி வெங்கட்குமார், சென்னை.		எம்.ராஜம், வியாசர்பாடி.		எழுபதாவது பிறந்தநாளைக் கொண்டாடும் என் செல்ல அம்மாவுக்கு ஆசைப் பரிசு.
	ராணி கோபிநாத், பெங்களூரு.		ஜி.ஹேமலதா, ஹைதராபாத்.		படித்து மகிழ...
	விமலா தியாகராஜன், சென்னை.		பூமா சிவராமகிருஷ்ணன், பெங்களூரு.		பெங்களூரு புறநகரில் இருக்கும் என் பெண்ணுக்கு மங்கையர் மலர் கிடைப்பதற்காக.

பொன்னான எதிர்காலம்..

பாங்க் ஆஃப் இந்தியாவும், யூனியன் பாங்க்கும், ஜப்பானிய டாய்ச்சி இன்ஷ்யூரன்ஸ் கம்பெனியும் இணைந்து நடத்தும் ''ஸ்டார் யூனியன் டாய்ச்சி இன்ஷ்யூரன்ஸ்'' நிறுவனத்தின் தென் மண்டல அதிகாரி திரு.டி.கிருஷ்ணமூர்த்தி. ஏழை, எளிய மக்களுக்கு காப்பீடு (இன்ஷ்யூரன்ஸ்) பற்றிய விழிப்புணர்வு ஏற்படுத்தி, அவர்களுக்கு உதவும் வகையில் பல திட்டங்களை அறிமுகப்படுத்தி வருகிறது ''ஸ்டார் யூனியன் டாய்ச்சி இன்ஷ்யூரன்ஸ்.''

இருளியம்மாள், அன்று இரவு தூக்கம் வராமல் தவித்தாள். கணவர் நிறை குளத்தான் மீதுதான் அவள் முழு நினைப்பும் இருந்தது. அவள் மனம் கடந்து போன வருடங்களை நினைத்து அசை போட்டது.

இருளியம்மாள் 'களஞ்சிய'த்தில் சேர்ந்தது 1994ல். அவளைச் சேர்த்தது மலர். 'களஞ்சியம்' என்பது மதுரையில் 'தானம் அறக்கட்டளை'யின் கீழ் இயங்கி வரும் உதவிக் குழுக்களின் பெயர்.

'களஞ்சிய'த்தில் சேர்வதற்கு முன்னால், ஒரு சிறு துண்டு நிலம் வாங்க, அறுபது சதவிகித வட்டிக்குத் தனியாரிடம் கடன் வாங்கியிருந்தாள் இருளியம்மாள். அவ ளுடைய போதாத காலம், அது வறண்ட நிலமாக இருந்ததால், வட்டியைக்கூட ஒழுங் காகக் கட்ட முடியவில்லை. 'களஞ்சிய'த்தி லிருந்து கடன் வாங்கி, அந்தக் கடனை அடைத்தாள். மறுபடியும் கடனைப் பயன் படுத்தி, வீட்டுக்குக் கூரை போட்டு, கறவை மாடுகளும், வாங்கினாள்.

கணவர் நிறைகுளத்தான், உள்ளூர் கோயில் பூசாரி. அவளுக்கு பிரச்னை ஏதும்

காப்பீடு திட்டம்



சுய உதவிக் குழுக்கள் ஓர் ஒழுங்கு முறையைப் பின்பற்றி, கட்டுப்பாட் டுடன் இயங்கி வருவதால், அவர் கள் மூலம் பிரீமியம் தொகை வசூலிப்பதும் எளிதாக இருக்கும்.

''எதிர்பாராத சமயத்தில் கைகொடுத்து உதவத்தான் இன்ஷ் யூரன்ஸ் தேவை. அது மரணமாக இருக்கலாம். வெள்ளச் சேதத்தின் விளைவாக இருக்கலாம். வாங்கிய கடனைத் திரும்பச் செலுத்த முடியாததால் இருக்கலாம்.

ஏராளமானோர் வறுமைக் கோட் டுக்குக் கீழே, கல்வியறிவு இல்லா மல் இருக்கிறார்கள். அவர்களுக்கு திடீரென்று தாக்கும் அபாயங்களை எப்படிச் சமாளிப்பது என்பது பற்றி தெரிவதில்லை. அவர்களுக்கு சமூகப் பாதுகாப்பு கொடுப்பதுதான் இன்ஷ் யூரன்ஸ் திட்டத்தின் முக்கிய நோக்கம்.

ஏழைகளுக்கு உதவும் வகையில் வழக்கமான திட்டங்கள் உள்ளன. இவை அவர்கள் பணத்தை முறையாகச்

வந்தால், அவள் கூடவே இருந்து உற்சாகம் தந்தும், உதவி செய்தும் ஊக்குவித்தார். நாற்பது வருடங்களுக்கு மேலான திருமண உறவு அது!

ஒரு கோயிலில் கும்ப கலசம் வைக்க சென்ற நிறைகுளத்தான், துரதிர்ஷ்டவசமாக அங்கிருந்து கீழே விழுந்து இறந்துபோனார். சடங்குகளுக்கே சுமார் பத்தாயிரம் வரை செலவழிக்க வேண்டி வந்தது. 'களஞ்சியம்' உறுப்பினர்கள் இந்தத் தொகையை வட்டி ஏதுமில்லாமல் இருளியம்மாளுக்குக் கட னாகக் கொடுத்தார்கள்.



இருளியம்மாள் இன்ஷ்யூரன்ஸ் பாலி சிக்கு தவறாமல் ப்ரீமியம் கட்டி வந்ததால் இன்ஷ்யூரன்ஸ் பணம் ரூ.25,000/- கிடைத் தது. கணவரை இழந்த இழப்பு ஈடுகட்ட முடியாதது என்றாலும், இந்தத் தொகை சரியான சமயத்தில் அவளுக்கு உதவியது.

இதுபோல தொந்தியம்மாள், வாசுகி, பர மேசுவரி, ரத்தினம், கீதா, சுருளி என்று ஒவ் வொருவருக்கும் ஒவ்வொரு வகை சோதனை. சிக்கலான சமயத்தில் கைகொடுத்து உதவி யது 'களஞ்சியம்' இன்ஷ்யூரன்ஸ் திட்டம்.



கிராமியச் சிறப்பிதழ்

சேமிக்கவும் செல வழிக்கவும் உதவு கின்றன. இன்ஷ் யூரன்ஸ் மூலம் கிடைக்கும் பிரீமியம் தொகையை நல்ல வரு மானம் தரும் வகையில் முதலீடு செய்வதற்கும், ஏழை நபர் சம்பாதிப்பதை நிறுத்தியதும்,

பாதுகாப்பு எந்நாளும்!

அவருக்கு பென்ஷன்போல மாதம் தோறும் ஒரு தொகையை அளித்து உதவுவதற்கும்கூட இந்த திட்டங்கள் உதவுகின்றன.

இன்ஷ்யூரன்ஸில் நிறைய வகைகள் இருக்கின்றன? எல்லோருக்கும் நன்றா கத் தெரிந்த ஆயுள் இன்ஷ்யூரன்ஸ். விபத்து (அதாவது ஆக்ஸிடென்ட்) இன்ஷ்யூரன்ஸ், கால்நடைகள் இன்ஷ் யூரன்ஸ், நோயுற்ற காலத்தில் மருத்துவ



Star Union
Dai-ichi
LIFE INSURANCE



* டி.கிருஷ்ணமூர்த்தி

இன்ஷ்யூரன்ஸ். பயிர்கள் விளைச்சல் குறைந்து விவசாய நஷ்டங்களை ஈடு செய்ய இன்ஷ்யூரன்ஸ்... தவிர, குழந்தை களின் கல்விக்காக, ரூபாய் ஐம்பதாயிரம் அல்லது ஒரு லட்சம், வேண்டும் என்று தகப்பனார் இன்ஷ்யூரன்ஸ் எடுத்துக் கொள்ளலாம்.

கல்வி தொகை கட்ட முடியாத சூழ் நிலை ஏற்பட்டால், இன்ஷ்யூரன்ஸ் கம் பெனியே அதைக் கட்டிவிடும். அப்பா காலமாகிவிட்டால் சாதாரணமாக கிராமங் களில் குழந்தைகளின் கல்வி தடைப்பட்டு நின்றுவிடும். எனவே குழந்தைகள் கல்வி உதவிக்கும் இன்ஷ்யூரன்ஸ் உதவுகிறது.

பெற்றோர் காப்பீடு எடுத்துக் கொண் டால், அசம்பாவிதமாகப் பெற்றோர் இறக்க நேர்ந்தால், அவர்கள் குழந்தைக்கு உடனே இன்ஷ்யூரன்ஸ் பணம், வாழ்க்கை நடத்தக் கிடைக்கும். அதாவது இன்ஷ்யூர் செய்து கொண்ட தொகையில் ஒரு சத விகிதம். அது தவிர 18 வயதாகிற வரை- 15 வருடங்களுக்கு - மாதம் தோறும் ஒரு தொகை கைக்குக் கிடைக்கும். 18 வயதுக்குப் பிறகும், இன்ஜினியரிங் அல்லது மெடிக்கல் படிப்பைத் தொடர்ந்து மேற்கொள்ள முடியும்.

இன்ஷ்யூர் செய்து கொள்ளும் தொகை யைப் பொறுத்து, காப்பீட்டுத் தொகை கிடைக்கும். இப்படிப் பலவித திட்டங்கள் இருக்கின்றன!

''ஏழைகளுக்கும் வசதிகள் கிட்ட வேண்டும் என்பதற்காகத் தான் இப்படிப் பட்ட திட்டங்கள் இருக்கின்றன. ஏழை களுக்கு உதவுவதால் சமூகம் பலன் அடை கிறது. சமூகம் பலனடைவதால் பொருளா தாரம் வளர்கிறது. சமூகப் பொருளாதாரம் மேம்பாடு அடைகிறபோது நாட்டின் நிலை உயர்கிறது. இன்ஷ்யூரன்ஸ் திட் டங்களின் அடிப்படைக் குறிக்கோள் இதுதான்!'' என்கிறார் கிருஷ்ணமூர்த்தி.

- சாருகேசி

கிராமியமணம்!

கோவை மாவட்டத்துல, 'கலங்கல்'ங்கிற கிராமத்துல படிச்சேன். ஜி.டி நாயுடு பிறந்த ஊர். ரொம்ப ஏழ்மையான அந்தக் கிராமத்துல, ரொம்ப எளிமையான வாழ்க்கை வாழ்ந்தோம். பள்ளிக் கூடத்துக்கு பல மைல்கள் நடந்தே போனேன். சைக்கிளைக் கண்ணால கண்டதே பதினோராம் வகுப்புலதான். அதுவும் ஃப்ரேமெல்லாம் உடைஞ்சு போய், பல இடங்களில் பத்த வெச்ச பழைய சைக்கிள்.

என் பிள்ளைகள்கிட்ட 'உங்க அப்பன் அடி மண்ணுல இருந்து பிளாட்ஃபாரம் வரைக்கும் கஷ்டப்பட்டு வந்திருக்கேன். நீங்க அந்த பிளாட் ஃபாரத்து மேலே நிக்கிற சிலையா இருக்கணு'ம்னு சொல்வேன். இன்னிக்கு என் பிள்ளைகளும் எளிய பழக்கங்களும், உயர்ந்த சிந்தனைகளுமா முன்னுக்கு வந்திருக்காங்க. அதுக்குக் காரணம் என்னுடைய கிராமம் எனக்குத் தந்த மதிப்பீடுகள்தான்!



* சிவகுமார்

புதிய முயற்சி

கிராமியச் சிறப்பிதழ்

சுவர் பத்திரிகை!

கர்நாடக மாநிலத்தில் மண்டியா மாவட்டத்தில் இருக்கிறது. 'நகரகெரெ' என்ற கிராமம். கிராமத்தின் பஞ்சாயத்துத் தலைவர் கிருஷ்ணா, 'கிராம சர்க்காரா' என்ற மாத இதழை நடத்துகிறார். இது ஒரு சுவர் பத்திரிகை. இரண்டே பக்கங்கள் உள்ள இந்த இதழைக் கிராமத்தின் பொது இடத்தில் ஒட்டி வைக்கிறார்கள்.

கிராமத்தில் எவ்வளவு வரி வசூலிக்கப் படுகிறது, அது எந்தெந்த விதத்தில் செலவிடப்படுகிறது. ஒவ்வொரு ரேஷன் கடைக்கும் ஒதுக்கப்படும். அரிசி, சர்க்கரை, கோதுமை, மண்ணெண்ணெய் அளவு, அவற்றின் விலை போன்ற விவரங்கள் அந்த இதழில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன.

கிராம பஞ்சாயத்து நிர்வாகம் பற்றி எடுக்கப்படும் தீர்மானங்கள், கிராம நல திட்டங்களுக்குச் செலவாகும் தொகை, அவை எந்த அளவு செயல்படுத்தப்பட்டுள்ளன என்பது போன்ற விஷயங்களும் அந்த இதழில் உண்டு. இது தவிர மக்களுக்குக் கொடுக்கப்படும் சலுகைகள், உரிமைகள் பற்றியும் இதிலிருக்கின்றன. ஒரு விவசாயி தனக்குக் கிடைக்கும் சலுகைகள் முதல் அவர் கட்ட வேண்டிய வரி வரை அனைத்தையும் இதைப் படித்து தெரிந்து கொள்ளலாம்.

''நாங்கள் ரேஷன் பொருட்களுக்கு முன்பைவிட குறைவான விலையைக் கொடுக்கிறோம். அந்தப் பணத்துக்கும் பில் கேட்கிறோம்'' என்கிறார் சசிகலா, என்ற குடும்ப தலைவி.

கர்நாடக மாநிலத்தில், முதன் முதலில் இப்படிப்பட்ட இதழை நடத்துவது 'நகரகெரெ' கிராமம்தான். அரசு அதிகாரிகள் பலர் இந்த முயற்சியை வரவேற்று உற்சாகம் அளிக்கிறார்கள். இப்போது இடைத்தரகர்களின் இடையூறும் இங்கில்லை. அதிகாரிகள் மற்ற கிராம தலைவர்களிடம் நகரகெரெயைப் பின்பற்றச் சொல்கிறார்கள். ஓய்வு பெற்ற இன்ஜினியர் ஒருவர் 'நகரகெரெ' கிராமத்துக்கு, ஆயிரம் ரூபாய் பணம் அனுப்பி உற்சாகப் படுத்தியிருக்கிறார்.



- அனிதா ராமச்சந்திரன், பெங்களூரு

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

வழங்கும்

ஆன்மிகப் போட்டி - 6

ரூ. 5,000 பரிசு

பெருமைக்குரிய நமது இதிகாசங்கள், காவியங்கள், புராணம், திருக்கோயில்கள் போன்றவற்றிலிருந்து வினாக்களைத் தந்திருக்கிறோம். ஒவ்வொரு கேள்விக்குக் கீழேயும் மூன்று பதில்கள் தரப்பட்டுள்ளன. சரியான விடையைத் தேர்ந்து '✔' செய்து அனுப்புங்கள். குலுக்கல் முறையில் 20 பேருக்கு தலா ரூ.250/- பரிசளிக்கப்படும்... எங்கே உங்க ஆன்மிக அறிவை சோதிச்சுப் பாருங்க!

1. ஏகலைவன் யாரைத் தன்னுடைய மனதளவில் குருவாக முழுமையாக ஏற்றுக் கொண்டான்?

(அ) பீஷ்மர் ☐ (ஆ) கிருபர் ☐
(இ) துரோணர் ☐

2. கோயில்களில் நவக்கிரகங்களில் பொதுவாக வாகனத்தோடு காணப்படுபவர் யார்?

(அ) சந்திரன் ☐ (ஆ) சனி ☐
(இ) ராகு ☐

3. மும்மூர்த்திகளில் சிவபெருமானின் தொழிலாகக் கருதப்படுவது எது?

(அ) ஆக்கல் ☐ (ஆ) அழித்தல் ☐
(இ) காக்கல் ☐

4. இந்தியாவில் பிரம்மனுக்கென்றே தனிக் கோயில் எங்கு உள்ளது?

(அ) புஷ்கர் ☐ (ஆ) கொனாரக் ☐
(இ) லேபாட்சி ☐



5. திருமாலின் அவதாரங்களில் குதிரை மீது அமர்ந்தபடி உள்ளதாக சித்தரிக்கப்படும் அவதாரம் எது?

(அ) வாமனர் ☐ (ஆ) பலராமர் ☐ (இ) கல்கி ☐

6. ஆவணி ரோகிணி அஷ்டமியில் பிறந்தவர் யார்?

(அ) ராமர் ☐ (ஆ) கண்ணன் ☐ (இ) மீனாட்சி ☐

7. அவ்வையாரின் வாசகத்தை நிரப்புங்கள் 'ஆலயம் தொழுவது...'

(அ) ஆயிரம் புண்ணியம் ☐ (ஆ) காலையில் உத்தமம் ☐ (இ) சாலவும் நன்று ☐

8. தர்ம சாஸ்தா வீற்றிருப்பது எந்த மலையில்?

(அ) கொல்லி மலை ☐ (ஆ) சபரி மலை ☐ (இ) விராலி மலை ☐

9. நாரதரின் கையில் எப்போதும் காணப்படும் இசைக்கருவி எது?

(அ) வீணை ☐ (ஆ) சிதார் ☐ (இ) கஞ்சிரா ☐



10. குழந்தைப் பருவத்தில் முருகப் பெருமானை வளர்த்தவர்கள் எப்படி அழைக்கப்படுகின்றனர்?

(அ) சஷ்டிப் பெண்கள் ☐ (ஆ) சப்த கன்னியர் ☐
(இ) கார்த்திகைப் பெண்கள் ☐

- ஜி.எஸ்.எஸ்.

போட்டி விதிகள் :

ஆன்மிக விடைகளை நிரப்பி இந்தப் பக்கத்தைக் கிழித்து அனுப்புங்க. ஒருவரே எத்தனை கூப்பன்கள் வேண்டுமானாலும் அனுப்பலாம். ஜெராக்ஸ் கூடாது.

அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : ஆன்மிகப் போட்டி - 6, மங்கையர் மலர், 47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032.

கடைசித் தேதி : 15.07.2009

பெயர் : .... விலாசம் : ....

....

....

தொலைபேசி எண் : .... ஈ-மெயில் : ....

சிறப்புச் சிறுகதை

சூரியத்தாய்!

மேலாண்மை பொன்னுச்சாமி



சந்தனத்தாய், கிளிச்சனியன்களைத் துரத்துகிற போராட்டத்தில் மூச்சிரைத்தாள். காலடிச் சீலையைத் தூக்கி இடுப்பில் செருகிக்கொண்டு, கம்பம்பயிரைக் காப்பாற்ற பொழிகளில் ஓடுகிறாள். கல்லெடுத்து எறிகிறாள். ''ச்சூசூ... ச்சூச் சூச்சூ... ஏய்ய்யக் ஹேறா... ய்ய்க்'' என்று காட்டுக்கூப்பாடுபோடுகிறாள்.

இவளுக்குப் பயப்படுகிற மாதிரி பாவ்லா காட்டுகிற கிளிகள், இங்குட்டுப் பறந்து அங்குட்டு உட்கார்ந்து கொள்கின்றன. இவள் கல்லெறிகளுக்கும், சொல்லெறிகளான வசவுகளுக்கும் கிளிகள் அஞ்சுவதாக இல்லை.

அகல விரித்த பச்சை ஜமுக்காளம் காற்றில் மிதந்து வருகிற மாதிரியிருக்கிறது, கிளிப்படையின் கூட்டு வருகை. ஆயிரக்கணக்கில் வந்து, கதிரில் முற்றுகை. உட்கார்ந்தவுடன் வளைந்தாடுகிற கம்பம் பயிர்கள். அசராமல், பதறாமல் கதிருக்கொரு கிளி. பாலன்ஸ் செய்துகொண்டு கொத்திக் குதறுகின்றன.

நாய் வாயில் சிக்கிய சர்க்கரைச் சாக்காக குதறப்பட்டு உதிர்கின்றன கதிர்கள். சந்தனத் தாய்க்கு குலைகொதிக்கிறது. ''ஐயோ ஐயோ...'' என்று பதறிப் பதைக்கிறது, மனசு. அலைபாய்கிற உணர்வு.

''அடப் பாதகத்திகளா... இம்புட்டு அழிமானமா?'' ஓயாமல் கத்துகிறாள். அதட்டலாகக் கூச்சலிடுகிறாள்.

சித்திரைக் கடைசி. சாரல் மேகம், மேற்குத் தொடர்ச்சி மலை முதுகுகளில் படுத்துக்கிடக்கிறது. அவற்றைச் செங்குழம்பாகக் காட்டுகிறது, அடைகிற பொழுது. 'கருகரு' என்று ஆகிறது, காலத் தேவதை



யின் இறக்கை நிழலாகப் பரவுகிற இருட்டு.

கிளிகளின் ஆட்டம் சற்று அடங்கியது. தூரத்துப் பனைகளில் அதன் கூப்பாடு. அவை அதன் வீட்டை அடைகின்றன.

'இன்னிக்கு மல்லுக்கட்டு முடிஞ்சது' என்று சோர்ந்து, துவள்கிறது மனசு. 'இனிமேத்தான்... சோத்துப்பாட்டுக்கு வழி பாக்கணும்' என்று நினைக்கிறபோது... மலைத்துப் போகிறது நினைவு. தளர் நடையாக வீடு வந்து சேர்ந்தாள் சந்தனத்தாய்.

'பொட்டச்சியா ஜெம்மமெடுத்ததுக்கு... இம்புட்டுச் சீரழிவா' என்ற சோர்வுணர்வு. 'உஸ்ஸ்' என்று உட்காரச் சொல்கிற கால்கள். 'நீட்டி நிமிர்ந்து படு' என்கிற குறுக்கெலும்பு.

''யம்மா... சோறு வை'' என்று ஓடி வருவானே சின்னப் பயல். ''என்ன சாப்புடலாமா?'' என்று வந்து நிற்பானே சின்னக்கனி.



வாழ்க்கையின் சாட்டையடிச் சுழற்சியில் முடுக்கப்படுகிற சந்தனத்தாய், அடுப்பை மூட்டுகிறாள். உலை கொதிக்கிறது. அரிசியை அலசி அள்ளிப்போட்டு கைக் கணிசமாக உப்பும் போட்டு காய்கறியை நறுக்குகிறாள். ஒரே புளிக்குழம்பாக வைத்துவிட்டால், நாளை மதியம் வரைக்கும் சரிக்கட்டிவிடலாம்.

இன்னொரு அடுப்பில் டீத் தூளைப் போட்டுக் கொதிக்கவிட்டாள். கடையில் வாங்கி வைத்த காராச்சேவு, தின்பண்டத்தைப் பார்த்துக்கொண்டாள். வந்து நிக்கிற

மகனும் சரி, சின்னக் கனியும் சரி... ''பசிக்குது. என்னமாச்சும் இருக்கா?'' என்பார்கள்.

காராச்சேவையும் டீத்தண்ணீரையும் தந்தால் பசி தணியும். அதற்குள், அடுப்பு வேலை முடிந்துவிடும்.

அலுத்துவியர்த்த உடம்பு, குளித்தால் தான் உயிர்த் திரும்பி வரும். சின்னக்கனி, எப்ப தொடுவான் என்று சொல்ல முடியாது. தொட்டால் மறுக்க முடியாது. குழைந்து இடம் தரணும். உடம்பும் மனசும் தயாராக இருக்கணும்.

சின்னக்கனி, என்றால் சந்தனத் தாய்க்கு ஒரே கிறுக்கு. இந்த ஊரிலேயே டக்கர் டிரைவரான முதல் இளவட்டம், இவன் தான். டக்கர் சீட்டில் ஏறி உட்கார்ந்து, சட்டைக் காலரைத் தூக்கிவிட்டுக் கொண்டு நிமிர்ந்து பார்த்தால்... ராஜா மாதிரி கம்பீரமாகத் தோன்றுவான்.

''அவன்தான் வேணும்'' என்று ஒற்றைக்காலில் தவமிருந்து கட்டிக் கொண்டவள், சந்தனத்தாய். அவன்மீது அம்புட்டு கிறுக்கு. தேனில் விழுந்த எறும்பாக, தித்திப்போடு திணறுகிற மனமயக்கம். உயிர்த்திளைப்பு.

இவள் ஆசைப்பட்ட கணத்தில் ''இப்ப வேண்டாம்'' என்று உறக்கத்தில் சின்னக் கனி கண்ணைச் செருகியதுண்டு, இவன் தொட்டு... அவள் மறுத்த நாளே கிடையாது. அவன் தொடுகிற நேரமெல்லாம் உயிர்க்குழைய மனம் சிலிர்ப்பாள்.

அவன் தொட்டால், பூ வந்து விழுந்த மாதிரி உணர்வாள். தொடுதலில் ஒரு நளினம். ஓர் இனிய வருடல். இதமான ஸ்பரிசம். நெஞ்சு குளிரும். உணர்வுலகில் மிதப்பாள்.

சின்னக்கனியும் வந்துவிட்டான். பம்ப் செட் மோட்டாரில் குளித்துவிட்ட, ஈரத் துணிகளோடு வந்திருந்தான்.

''என்ன சந்தனம், கிளி வரத்து ரொம்ப இருந்துச்சோ?''

''அதை ஏன் கேக்கிக...? உசுர் அ(று)ந்து போச்சு.

''வனத்துலே இருக்குற மரங்களையெல்லாம், கண்மாயின் உள்வாய் மரங்களையெல்லாம் வெட்டிக் காலிபண்ணப்பண்ண இருக்க எடமில்லாம மயில்காடும் கிளிக் காடும் இங்க வந்து உசுரை வாங்குது.''

''கருது பெறக்குற வரைக்கும் இந்தச் சீரழிவுதான்...''

''அதுக்குள்ளேயே ஏதாச்சும் ஒரு வழி பாக்கணும்'' என்று தொண்டைக்குள் ளேயே சத்தமாக முணுமுணுத்துக் கொள்



அட!

நாட்டில் எவ்வளவோ கிராமங்கள் உள்ளன; ஆனால், 'கிராமம்' என்ற பெயரிலேயே ஒரு கிராமம் உள்ளது. இது, விழுப்புரம் மாவட்டம் திருவெண்ணெய் நல்லூருக்கு அருகில் இருக்கிறது.

காப்பியக்குடி என்றால் உடனே 'எங்கே காப்பி' என்று கேட்டுவிடாதீர்கள். நாகை மாவட்டத்தில் சீர்காழிக்கு அருகே உள்ள ஒரு கிராமத்தின் பெயர்தான் 'காப்பியக்குடி'!

- ஏ.கே.நாசர், டி.ஆர். பட்டினம்

கிராமாயணம்!

தஞ்சாவூர் மாவட்டம், புதுக்கரியப்பட்டிதான் என்னுடைய கிராமம். எங்க வீட்டு பணியாட்கள் ஆடு, மாடு, மேய்க்கப் போகும்போது நானும் போவேன். அங்க இருக்கிற பூவரசம் பூ மரத்தில்தான் பீப்பி செய்வது, ஊஞ்சல் ஆடுவது, பாட்டு பாடுவது, கவிதை படைப்பதுன்னு என் வாழ்க்கையும் ஆரம்பிச்சது. அம்மா, அப்பாங்கிற உறவுகள் தாண்டி என்னோட உயிரா பூவரசம் பூ மரம் இருந்தது. சென்னைக்கு வந்து மூணு வருஷம் கழிச்சு, எங்க ஊருக்குப் போனதும் பூவரசம் பூ மரத்தைதான் பார்க்கப் போனேன். புயல்காற்றுல மரம் சாய்ஞ்சு, வேர் மட்டும்தான் பார்க்க முடிஞ்சது. கதறி அழுதேன். கிராமம்னு யார் சொன்னாலும் பூவரசம்பூ மரம்தான் கண்ணுல நிற்கும். என்னுடைய வேர்கள் இன்னும் கிராமத்துலதான் இருக்கு.



★ சிநேகன்

கிறான் சின்னக் கனி. அது, அவளுக்குக் கேட்கவில்லை.

''விடியக்காலம் மயில் சனியன்களும் உங்களைப் பாடாய்படுத்திருதோ?''

''அதையேன் கேக்கே? மந்தைமந்தையா மயில்கூட்டம். கருதைச் சீரழிக்குற விதமே, ரொம்பக் கொடுமையாயிருக்கு''

''என்ன செய்ய! வெளைய வைக்குற சம்சாரி, சூரியனைப் போல. சூட்டையும் வெயிலையும் தானே வைச்சுக்கிட முடியுமா? பகிர்ந்து குடுக்கணும்லே?''

சந்தனத்தாயை எரிச்சலுடன் பார்க்கிறான் சின்னக்கனி.

தாய் மனசோடு பேசுகிறாள், தொடர்ந்து.

''எல்லா ஜீவராசிகளுக்கும் இரைகுடுக்குற கடமையும் நமக்கு இருக்குல்லே?''

''எல்லாருக்குமே இரையாகுறது சம்சாரிக தானே?''

அவனது குரலில் ஓர் இறுக்கமான நையாண்டி. பகைமை உணர்வின் குத்தல்.

அன்றைக்கு அவன் தொடவுமில்லை. மூர்க்கம் கொள்ளவுமில்லை. ஏதோ கனத்த யோசனையில் மல்லாக்கப் படுத்துக் கொண்டே உச்சி முகட்டையே பார்த்துக் கொண்டிருக்கிறான், சின்னக்கனி.

மறுநாள் சாயங்காலம். கிளிப்படை வந்துருக்குமோ என்ற பதைப்பில், சந்தனத்தாய். கதவைச்சாத்திவிட்டு, 'அவக் தொவக்' என்று பரபரப்பாகப் பாய்ந்தாள். நடையை எட்டிப்போட்டாள்.

புஞ்சையை நெருங்கினாள். அடர்த்தியான கம்பம் பயிர்கள். சமஉயரத்திலான பயிர்களின் அணிவகுப்பு. பசிய வெண்மை நிறக்கதிர்கள். காற்றுக்கு ஒன்றுபோல் தலை வணங்கி கையசைக்கிற கம்பம் பயிர்கள். கதிர்களின் கூட்டசைவுகள், கோடிக் கைகளின் முழக்கங்கள்போல தோன்றுகிறது. கதிர்களின் அசைவுகளில் காற்றின் உருவம் தெரிகிறது.

கிளிகளைக் காணவில்லை. என்னாச்சு?

பேராச்சரியத்தில் தத்தளிக்கிறாள் சந்தனத்தாய்.

ஆங்காங்கே செத்துக்கிடக்கிற கிளிகள். அதன் அடி வயிற்று வெண்திட்டு. கிளிகளை மொய்க்கிற எறும்புகள். சற்று தள்ளிப் பார்த்தால் பெண் மயில்கள் விறைத்

துக் கிடக்கின்றன. விஷம் தின்று மாய்ந்திருக்கிற கிளிகள், மயில்கள்.

சந்தனத் தாய்க்குள் தீவைத்த மாதிரியான பகீர் உணர்வு. உயிரின் ஆணி வேர் வரைக்கும் அதிர்ந்து நடுங்கினாள். பதற்றத்தில் சட்டென வாய் உலர்ந்தது. மழலையின் மரணத்தைப் பார்த்த மனப்பதைப்பு.

''ஐயய்யோ... அடப்பாதரவே... இந்த அப்புராணி ஜீவராசிக்கும் வெஷம் வைச்சு கொல்றதுக்கு, எந்தப் பாவிப்பயலுக்கு மனசு வந்துச்சு? அவன் மனுசப் பயதானா? அவன் வாய்லே மண்ணுவுழ!''

கொதிப்பும் குமுறலுமாகக் கொந்தளித்துச் சீறுகிறாள் சந்தனத்தாய். மனச்சீறலாக தெறிக்கிற சாபச் சொற்கள். தாய் மனசு தாங்காத உயிர்க் கொலைகள். தாய் ரௌத்ரம்.

''இந்த மயில் சனியங்களோட இனிமே என்னாலே மாரடிச்சு மாய்ஞ்சு போக முடியாதும்மா..'' சின்னக்கனியின் அயர்ச்சியான குரல், நினைவுக்குள் உரசியது.

அவளுக்குள் குலை கொதித்தது.

சாப்பிடும்போது...

''மயிலுகளும் கிளிகளும் செத்துக் கெடக்குதுக. பாத்தீகளா?''

''எப்படியும் வெளைஞ்ச வெள்ளாமையைக் காப்பாத்தணும்லே?''

குனிந்து சோற்றையள்ளிக் கொண்டே அவன் சொன்ன பதிலில்... சந்தனத்தாய் அதிர்ந்து நடுங்கிவிட்டாள்.

'இந்த ஈனப்பயலையா... இம்புட்டு பெருசா நெனைச்சு சொக்கிப்போய்க் கெடந்தேன்?'

மலத்தை மிதித்துவிட்ட மாதிரியோர் அருவருப்பில் ஒடுங்கிப் பம்முகிறது ஆன்மா.

இரவில் -

புஜத்தில் கைபோட்டான் சின்னக்கனி. இவன் தொடுதலில், உயிர்க்குழைய வில்லை; விறைத்தது.

தொட்ட கையை ஆங்காரமாய் தட்டி விடுகிறாள் சந்தனத்தாய்!

கிராமமணம்!

முனைவர் இராமாத்தாள் :
(தமிழ்நாடு மாநில மகளிர் ஆணைய தலைவர்)

கோயம்புத்தூர் கொளத்துப்பாளையம் கிராமம்தான் நான் பிறந்து வளர்ந்த இடம். எங்க கிராமத்துல பள்ளிக்கூடம் நடத்துவதற்கு என் தந்தைதான் இடம் கொடுத்தார். 'நான்தான் படிக்கல, நீங்களாவது நல்லா படிக்கணும்'னு அடிக்கடி சொல்வாரு. அப்ப (1960) பெண் பிள்ளைகளை வெளியவே விடமாட்டாங்க. 'பொட்டப் பொண்ணு படிச்சு, கலெக்டர் வேலைக்கா போக போகுது'ன்னு கிராமத்துல நிறையப் பேர் கேட்டாங்க. எல்லா எதிர்ப்பையும் மீறி குதிரைக்கு லாடம் கட்டின மாதிரி எனக்கும், என் தந்தைக்கும் என் படிப்பு மட்டுமே குறிக்கோளாயிருந்தது. எங்க கிராமத்துலயே பள்ளிக்கூட படிப்பை முடிச்சு கல்லூரிக்குப் போன முதல் பட்டதாரி பெண் நான்தான். இன்னிக்கும் எங்க கிராமத்துக்குப் போகும்போது வளர்த்துவிட்ட அந்தப் பள்ளிக்கூடத்தைப் பார்த்துவிட்டுதான் வருவேன்.



முன்னோர்களுக்கு திதி செய்ய மறந்தவர்களுக்கும், தர்ப்பணம் செய்யத் தவறியவர்களுக்கும் பித்ரு பூஜை நிறைவேற்ற ஏற்ற காலம் மஹாளயபக்ஷ அமாவாசையே. பித்ரு க்ஷேத்ரமான

காசியில் மஹாளய அமாவாசை அன்று

(18-9-2009) நடைபெறும் பித்ரு பூஜையிலும் அன்னதானத்திலும்

அனைவரும் கலந்து கொண்டு பித்ருக்களின் ஆசீர்வாதத்தை பெற அன்புடன் அழைக்கிறோம்

பித்ரு பூஜை நமக்குக் கிடைத்த **ஒப்பற்ற வாய்ப்பு** ஆகும். பித்ரு பூஜையால் **நம் குடும்பம் பெறக் கூடிய** நன்மைகள் ஏராளம். **புண்ணியத்தின் புதையல் அது.** எவ்வித துன்பத்தையும் போக்கும் **சக்தி பித்ரு பூஜைக்கு மட்டுமே உண்டு.** பித்ருக்களுக்கு நாம் செய்ய வேண்டிய தர்ப்பணம் போன்ற பூஜைகளை நாம் எக்காரணம் கொண்டும் **விட்டுவிடக்கூடாது** என்பதால் பித்ரு க்ஷேத்ரமாக விளங்கும் காசியில் **ஸ்ரீ அன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட் மூலம் மஹாளய அமாவாசை அன்று காசியில் பித்ருக்கள் நினைவாக கங்கைக்கு ஜல தீபம் ஏற்றி வஸ்தரதானத்துடன் அன்னதானமும் வைதீக முறைப்படி செய்யப்படுகிறது.** மஹாளய அமாவாசை அன்று காசியில் தர்ப்பணமும், அன்னதானமும் செய்தால் பித்ருக்கள் பூரண திருப்தி ஏற்பட்டு அவர்கள் நமக்கும், நம் சந்ததிகளுக்கும் அனைத்து வகை ஆரோக்யத்தையும் அளிக்கிறார்கள். மஹாளய அமாவாசை அன்று காசியில் நடைபெறும் **அன்னதான திருப்பணி** மற்றும் **முன்னோர் வழி பாட்டுக்கு** தங்களால் இயன்ற கீழ்கண்ட நன்கொடையை அனுப்பி **பித்ருக்களின் ஆசீர்வாதத்தை பெற்று அனைத்து பித்ரு தோஷங்களில் இருந்தும் நிவர்த்தி** பெற அனைவரையும் அன்புடன் **அழைக்கிறோம்.**

பித்ருக்கள் நினைவாக நடைபெறும் அன்னதானத்திற்கு தாங்கள் அளிக்கும் நன்கொடை எவ்வளவு சிறியதாக இருந்தாலும் ஏற்றுக் கொள்ளப்பட்டு திருக்கயிலாயத்தில் இருந்து நேரடியாக பெறப்பட்ட கீழ்கண்ட ருத்ராட்சங்கள் அனுப்பி வைக்கப்படும்

- **ரூ. 300** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **5 முகம் கொண்ட ருத்ராட்சம்** 3 அனுப்பி வைக்கப்படும். (5 முக ருத்ராட்சத்தை அணிபவர்களுக்கு அனைத்து தோஷங்களும் நிவர்த்தியாகும். ரத்த அழுத்தம், இதய கோளாறுகளை சீர் செய்யும்).
- **ரூ. 600** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **ருத்ராட்ச மாலை** அனுப்பி வைக்கப்படும். (ருத்ராட்ச மாலை அணிபவர்கள் அனைத்து சிவ ஸ்தலங்களையும் தரிசித்த மஹாபுண்ணிய பலனை பெறலாம்).
- **ரூ. 1000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **3 முகம் (மஹா சரஸ்வதி)** கொண்ட ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (3 முக ருத்ராட்சத்தை அணிபவர்களுக்கு அறிவு வளர்ச்சி, கல்வி மேம்பாட்டிற்கும் உதவும். குழந்தைகளுக்கும் மாணவர்களுக்கும் பொருத்தமானது).
- **ரூ. 2000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **6 முகம் (ஸ்ரீசுப்பிரமணியர்)** கொண்ட ருத்ராட்சம் 3 அனுப்பி வைக்கப்படும். (6 முக ருத்ராட்சத்தை அணிபவர்களுக்கு வியாபாரத் தடை நீங்கி, தொழில் வளர்ச்சி சிறப்பாகும். மேலும் அஸ்வமேத யாக பலனையும் தரவல்லது).
- **ரூ. 3000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **7 முகம் (சப்த ரிஷி)** கொண்ட ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (7 முக ருத்ராட்சத்தை அணிபவர்களுக்கு தடைபட்ட திருமணம் நடக்கும். மேலும் செவ்வாதோஷம் விலகி சுப நிகழ்ச்சிகள் கைகூடும்).
- **ரூ. 4000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **11 முகம் (வீர ஹனுமான்)** கொண்ட ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (11 முக ருத்ராட்சத்தை அணிவதால் குழந்தை பாக்கியம் இல்லாதவர்களுக்கு புத்திர பாக்கியம் உண்டாகும்).
- **ரூ. 5000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **கௌரி சங்கர் (சிவ-பார்வதி)** ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (கௌரி சங்கர் ருத்ராட்சத்தை அணிபவர்கள் கணவன் - மனைவி ஒற்றுமையுடன் வாழ்வார்கள். நீண்ட ஆயுளையும் தரும்).
- **ரூ. 6000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **ஒரு முகம் (ஸ்ரீபரமேஸ்வரன்)** ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (ஒரு முக ருத்ராட்சத்தை அணிந்தவர்களை எதிரிகளால் கூட வெல்ல முடியாது மற்றும் பிரம்மஹத்தி தோஷமும் நீங்கும்).
- **ரூ. 7000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **ஸ்ரீகணேஷ் (விநாயக பெருமானின் முழுத்தோற்றம்)** ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (ஸ்ரீகணேஷ் ருத்ராட்சத்தை அணிபவர்களுக்கு செழிப்பான வளர்ச்சியுடன் எடுத்த காரியத்தில் வெற்றியும், அஷ்ட லஷ்மிகளின் அருளும் கிடைக்கும்).
- **ரூ. 10000** - அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு, **21 முகம் (குபேர ஸ்வரூபம்)** கொண்ட ருத்ராட்சம் அனுப்பி வைக்கப்படும். (சகல ஆன்மீக சக்திகளையும், ஆத்ம பலத்தையும், ஆரோக்கியத்தையும் வழங்கி, சகல செல்வங்களும் சொத்துக்களும், சுகங்களும் கிடைக்கும்).

ருத்ராட்சத்தை ஆண்கள் பெண்கள் மற்றும் குழந்தைகள் அனைவரும் அணிந்து மகிமையை அனுபவியுங்கள்

பித்ருக்களுக்கு காசியில் தர்ப்பணம் செய்ய ரூபாய் 1000/- அனுப்பும்போது யாருக்கு திதி செய்ய விரும்புகிறீர்களோ அவரின் பெயர், **திதி** மற்றும் கோத்ரம் போன்ற விபரங்களை தெரிவித்தால், தங்கள் விருப்பப்படி மஹாளய அமாவாசை அன்று காசியில் முன்னோர் வழிபாடு முறையாகவும், முழுமையாகவும் செய்யப்பட்டு, **அவர்களின் நினைவாக சாதுக்களுக்கு வஸ்திரதானத்துடன் அன்னதானம்** செய்யப்படும். மேற்கண்ட ரூபாய் அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு காசி, கயா, பிரயாகை ஆகிய மூன்று இடங்களிலும் உள்ள தெய்வீக ஆலமரமான **'அக்ஷய வடத்தின்'** படமும், கயாவில் உள்ள **விஷ்ணு பாதமும், விஷ்ணு பாதத்தின்** படமும் மற்றும் ஸ்ரீஅன்னபூரணி அன்னையின் விக்ரகமும் கங்கை தீர்த்தத்துடன் கூடிய காசி செம்பு, காசி கயிறு அனைத்தும் அனுப்பி வைக்கப்படும். நம் வீட்டில் செய்யும் சிராத்தத்திற்கு தாய், தந்தையர், உறவினர்கள் மட்டுமே பங்குகொள்ள வாய்ப்புண்டு. காசியில் பிண்டப்பிரதானம் செய்தால் ஏழு தலைமுறைக்கு **பித்ருக்கள் அனைவரும் திருப்தி அடைவதுடன் பித்ரு தோஷங்களும் நமக்கு நிவர்த்தியாகும்.**

மஹாளய அமாவாசை அன்று முன்னோர்கள் நினைவாக காசியில் நடைபெறும் அன்னதான சேவையிலும், முன்னோர் வழி பாட்டிலும் ஈடுபட விரும்பும் அன்பர்கள் தங்கள் நன்கொடையை **Cheque/D.D/M.O.** மூலம் **Sri Annapoorani Annadhana Seva Trust, Chennai** என்ற பெயருக்கு எடுத்து கீழ்கண்ட முகவரிக்கு அனுப்பி பித்ருக்களின் ஆசியை பெறுமாறு அன்புடன் வேண்டுகிறோம்.

பணம் அனுப்பும் அன்பர்களுக்கு ரசீதும், மேற்கண்ட பிரசாதங்களும் மஹாளயபக்ஷம் முடிந்த பிறகு கூரியர் மூலம் அனுப்பி வைக்கப்படும்

நன்கொடைகளுக்கு 80G பிரிவின் படி வரி விலக்கு உண்டு

ஸ்ரீஅன்னபூரணி அன்னதான சேவா டிரஸ்ட்

SRI ANNAPOORANI ANNADHANA SEVA TRUST (Regd).

4, Appavoo Gramani IIIrd Street R.A.Puram, Chennai - 28 Ph : 044 - 3246 4848

காசியில் பித்ருக்களுக்கு மஹாளய அமாவாசை அன்று தர்ப்பண பூஜை செய்வது இந்துக்களின் இன்றியமையாத கடமையாகும்

“மலர் கொடுத்து வருகிறோம்!”

வாசகியர் கருத்துகளை சிரமேற்கொண்டு ‘ஒரு கிராமத்துக்கு ஒரு மங்கையர் மலர்’ என்ற நோக்கத்தை செயல்படுத்தத் தொடங்கிவிட்டோம்! தலைமுறை தலைமுறையாக கல்கியின் முகவர்களாக இருந்து, நம்முடைய நோக்கத்தை ஏற்கெனவே, சத்தமின்றி நிறைவேற்றிக் கொண்டிருக்கும் பெண் முகவர்களுள் சிலரை உங்களுக்கு அறிமுகப்படுத்துகிறோம். முகமறியா கிராமங்களுக்குக் குறைந்த பிரதிகளாகயிருந்தாலும், மங்கையர் மலரை எடுத்துச் செல்லும் அவர்களுக்கு இந்த நேரத்தில் எங்களின் மனமார்ந்த நன்றியைத் தெரிவித்துக் கொண்டு அவர்களை கௌரவிக்கிறோம்!



சரஸ்வதி ராமசாமி (ஊஞ்சலூர்): எனக்கு எழுபது வயசாகுது. இருபத்து ஐந்து வருஷமா கல்கி நிறுவனத்துக்கு முகவரா இருக்கேன். விவசாயம் குடும்பத் தொழிலா இருந்தாலும் பெண்களுக்குத் தன்னம்பிக்கையும், தைரியத்தையும் கொடுக்கும் பத்திரிகையை, கிராமத்துக்கு எடுத்துச் செல்றதுல எனக்கும் சிறு பங்கு கொடுத்த ‘கல்கி’ நிறுவனத்துக்கு நன்றி!



த.பானுமதி (வேப்பந்தட்டை, பெரம்பலூர் மாவட்டம்) : நாங்க கல்கி நிறுவனத்தோட குடும்பத்துல இணைஞ்சு இருபது வருஷம் ஆகுது. இனிவரும் எங்கத் தலைமுறையும் இதில் முகவரா தொடருவோம்னு நினைக்கும்போது பெருமையா இருக்கு.

ஏ.சாந்தி (பெரிய செவலை) : நான் தொடக்கப்பள்ளி ஆசிரியையா இருக்கேன். எங்க அப்பா கல்கி முகவரா இருபத்து ஐந்து வருடம் இருந்தாரு. ‘பெண்களுக்கான பத்திரிகை இது! படிச்சுப்பாரு’ன்னு பல வருடங்களுக்கு முன்னாடி மங்கையர் மலரை என்கிட்ட கொடுத்தாரு. அப்புறம் நானே மத்தவங்களுக்கும் கொண்டு போய் சேர்க்கிறேன்னு பொறுப்பை வாங்கிக்கிட்டேன். கொடுத்த பொறுப்பை நல்லா செய்யறேன்னு நினைக்கிறேன்.





உ. தில்லையரசி (சிலம்பி மங்கலம்) : கவரிங் நகை செய்து, விற்பனை பண்றதுதான் என்னோட தொழிலா இருந்தது. ஐந்து வருஷமா மங்கையர் மலருக்கு முகவரா இருக்கேங்கிறதும், கிராமப் பெண்களுக்கு ஊக்கங்கொடுக்கிற பத்திரிகையை அவங்ககிட்ட கொண்டு சேர்க்கிறேங்கிறதும் பெருமையா இருக்கு.





வி.பிரேமா (பெரும்பாணி) : இரண்டு தலைமுறையா நாங்க கல்கி நிறுவனத்துக்கு முகவரா இருக்கோம். மங்கையர் மலரின் முதல் வாசகர் எங்க குடும்ப உறுப்பினர்கள்தான். சுவை மாறாததால, இன்றைக்கும் வாசகர்களைக் கட்டிப் போட்டிருக்குன்னு பெருமையா சொல்லிக்கலாம்.



ஆர்.பானுமதி : (அஞ்சு கிராமம், கன்னியாகுமரி) : பூமாலை கட்டி வித்துட்டிருந்தேன். மகளிர் குழுவுல சேர்ந்து, கல்கி முகவரா எட்டு வருஷமா இருக்கேன். என் இரண்டு பெண்களும் படிச்சு வெளிநாட்டுல வேலை பாக்கிறாங்கன்னா, அந்தளவுக்கு எனக்கு மன தைரியம் கிடைச்சது, 'மங்கையர் மலர்' படிச்சதாலதான்னு ஒரு வாசகியா என்னால சொல்ல முடியும்.



ரேணுகா (ஆடுதுறை) : 'யான் பெற்ற இன்பம் பெறுக இவ்வையகம்'ங்கிற மாதிரி என் மனம் கவர்ந்த இதழை மற்றவங்களும் படித்து பயன்பெறணும்னுதான் வாசகியாயிருந்து முகவரா வந்தேன். காத்துவாக்குல பதினைந்து வருஷம் ஓடிப்போச்சு. என் மனம் கவர்ந்த இதழ், மத்தவங்களையும் கவர்ந்திருக்கு.



ஜே.சரஸ்வதி (சோமாசிப்பாடி) : கால் நூற்றாண்டு முகவர் நாங்க. அப்ப பெண்கள் கதை புத்தகம் படிக்கிறது பெரிய விஷயம். ஆனா, பெண்களுக்கு நல்ல பத்திரிகை என்று அப்போதே முகவரா விற்பனையைத் தொடங்கினோம். இன்று வரை மங்கையர் மலர் இதழும் அதைக் காப்பாத்திட்டிருக்கு.

குறையட்டும் எடை;

சென்னை தியாகராய நகர் நடேசன் பூங்காவுக்கு எதிரில் உள்ள ரிஷிதா எடைக்குறைப்பு மையத்தின் உரிமையாளர் ரிஷிதாவிடம் ''உங்களிடம் இருக்கும் கருவிகள் மூலம் உடல் எடையைக் குறைப்பீர்கள், அவ்வளவுதானே?'' என்று கேட்டவுடன் ''அவ்வளவுதானா என்றா கேட்கிறீங்க? அப்படியானால் கீதா பற்றி உங்களுக்குச் சொல்ல வேண்டும்'' என்றார்.

''கீதா, சென்னையில் புறநகர் பகுதி ஒன்றில் வசிப்பவர். வங்கியில் பணி. இருபத்து நான்கு வயது. வயதுக்கேற்ற உயரம். ஆனால் உடல் எடைதான் சம்பந்தமே இல்லாமல் எக்கச்சக்கமாக இருந்தது. நூற்றிருபது கிலோ எடை! ஆசைப்பட்ட உடைகளை அணிய முடியவில்லை. பார்த்த நான்கு வரன்களும் கீதாவின் மிக அதிகமான எடையைக் காரணம் காட்டியே மறுத்து விட்டார்கள். மற்றவர்களின் கேலிப் பார்வை வேறு. இவ்வளவும் சேர்ந்து கொள்ள கீதாவின் தன்னம்பிக்கை முழுவதும் மறைந்துவிட்டது.

என்னை முதலில் சந்தித்த போது அழுதுவிட்டார். ''பல உடல்குறைப்பு நிறுவனங்களுக்குப் போய் வந்தாச்சு. ஏதோ கொஞ்சம் எடை குறையும். ஆனால், நாளடைவில் அதை விட இரண்டு பங்கு எடை அதிகம் சேர்ந்துவிடும். எனக்கு வாழ்க்கையில் பிடிப்பு இல்லை. என் அம்மாவிடம் கூட நான் பேசுவதில்லை'' என்றார்.

ஒரு மணி நேரத்துக்கு அவருக்கு கவுன்சலிங் செய்தேன். 'முதலில் உங்கள் டென்ஷனை குறைத்துக் கொள்ளுங்கள். டென்ஷன் காரணமாகவே உங்கள் எடை மேலும் அதிகரித்திருக்க வாய்ப்பு உண்டு' என்று கூறினேன். பிறகு எங்களிடமிருந்த கருவிகள் மூலம் அவர் உடலின் எடை குறைக்கப்பட்டது. எங்கள் டாக்டரின் ஆலோசனைப்படி மிதமான யோகா பயிற்சிகள், தியானம் ஆகியவை அவருக்கு அளிக்கப்பட்டன.

கீதா முழுமையாக ஒத்துழைத்தார். ''வாக்கிங் பயிற்சி அவசியமில்லை. உணவு முறையிலேகூட சின்ன மாறுதல்தான்னு நீங்க சொல்வதைக் கேட்கவே ஆனந்தமா இருக்கு. ஆனாலும் தொடைகளிலும் கைகளிலும் சேர்ந்திருக்கிற கொழுப்பு எவ்வளவு தூரம் கரையும்னு சந்தேகமாத்தான் இருக்கு'' என்றார்.

ஆனால், சில வகுப்புகளிலேயே அவரது சந்தேகம் மறையத் தொடங்கியது. எங்களிடம் உள்ள கருவிகள் உடலின் எந்த பகுதிகளில் முக்கியமாக எடை குறைய வேண்டுமோ அந்தப் பகுதிகளாகப் பார்த்து அதிக எடையைக் குறைத்ததில் உடலின் வடிவம் வனப்புப் பெற்றது.

நான்கு வகுப்புகள் முடிந்தவுடனேயே கீதாவின் அம்மா, என்னிடம் தொலைபேசியில் ''ரிஷிதா, என் மகளின் மனப்போக்கை நீங்க மாற்றியதுக்கு ரொம்ப தேங்க்ஸ். இப்பல்லாம் அவ என்கிட்டே சந்தோஷமா பேசத் தொடங்கியிருக்கா'' என்றார்.

கீதாவிற்கான பயிற்சி வகுப்புகள் முடிந்தபோது அவர் உடலில் நாற்பது கிலோ எடை போயே போய்விட்டிருந்தது.

''ரிஷிதா, நீங்க என் உடலை மட்டும் மாத்தலே, மனசுக்கும் புத்துணர்ச்சி கொடுத்துருக்கீங்க. என் வாழ்க்கையின் மிகச் சிறந்த

நேரம் உங்களைச் சந்திச்சதுதான்'' என்று கீதா சொன்னார். அவரைப் பிற ஆண்கள் நிராகரித்ததுப்போக, கீதாவே சில வரன்களிலிருந்து தனக்குப் பிடித்த வரைத் தேர்ந்தெடுத்துக் கொண்டார். நிச்சயதார்த்தம் முடிந்துவிட்டது.

வனஜாவைப் பற்றியும் உங்களிடம் சொல்ல வேண்டும். நாற்பத்து ஐந்து வயதில் எண்பத்தைந்து கிலோ எடையோடு, ரத்தக்கொதிப்பு, கால்வலி, தைராய்டு சிக்கல்களோடு வந்தவர் அவர். ஆசிரியையாக வேலை செய்த அவரது வயிற்றுப் பகுதியும் பின்புறமும் மிகவும் பருத்திருந்தன. முகத்தில் டபுள்சின். போதாக்குறைக்கு கண்களைச் சுற்றி கருவளையங்கள்.

இங்கு சேர்ந்த முதல் நாளிலேயே அவரது இடுப்புப் பகுதி ஒன்றரை இன்ச் குறைந்ததை அறிந்ததும் அவருக்கு நம்பிக்கை வந்துவிட்டது. சுமார் முப்பது சிட்டிங்குகளில் இருபது கிலோ எடை குறைந்தது. ஃபேஸ்லிப்டிங் வகுப்புகளில் சேர்ந்ததில் கருவளையங்களும் டபுள்சின்னும் மறைந்துவிட்டன.

நிறையட்டும் மகிழ்ச்சி!

சுவரைப் பிடித்தபடியே முதல் சந்திப்பில் நடந்துவந்த வனஜா, கோர்ஸ் முடிந்தபோது சரியான எடையுடன் தன்னம்பிக்கை பொங்க தானாகவே நடந்து சென்றார். ''என்னால் நம்பவே முடியவில்லை ரிஷிதா'' என்று அவர் மகிழ்ச்சியோடு சொன்னார்'' என்று கூறி முடித்தபோது ரிஷிதாவின் முகத்திலும் மகிழ்ச்சி.

எல்லோரும் மகிழ்ச்சியாக இருந்தா நமக்கும் சந்தோஷம்தானே?

- ஆதர்ஷ்



"இருபத்தைந்து ஆண்டுகளுக்கு முன்பு எனக்கிருந்த கனவு தற்போது நனவாகி வருகிறது. நோபல் பரிசு பெற்ற பொருளாதார மேதை, வங்க தேசத்தின் டாக்டர் முகமது யூனூஸ், வங்காள தேச கிராமங்களில் 'கிராமியன்' வங்கி அமைத்து, கிராமப்புற பெண்களின் வாழ்வில் புதிய விடியலை ஏற்படச் செய்திருந்தார். நான் வங்க தேசம் சென்று அவரிடம் பயிற்சி மற்றும் ஆலோசனைகளைப் பெற்று வந்தேன். அதன் அடிப்படையில் இங்கு உருவானதே கிராம விடியல் மைக்ரோ ஃபைனான்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்.

"தமிழகத்தில் காரைக்கால் சேர்த்து மொத்தம் 28 மாவட்டங்களில் 155 கிளைகள். நான்கு லட்சத்து ஐம்பதாயிரம் பெண்கள் உறுப்பினர்கள். இதுவரை 951 கோடி ரூபாய் கடன் வழங்கப்பட்டு 749 கோடி ரூபாய் திரும்ப வந்துள்ளது. கடன் நிலுவை 202 கோடி ரூபாய். கடனை திருப்பிச் செலுத்துவதில் எங்கள் உறுப்பினர்கள் நூறு சதவிகிதம் இலக்கை எட்டியுள்ளனர். இன்னும் இரண்டாண்டுகளில் பத்து லட்சம் உறுப்பினர்கள் எங்கள் இலக்கு.

"எங்கள் நிறுவனம் ஐஎஸ்ஓ 9001: 2000 தரச்சான்றிதழ் பெற்றுள்ளது. சிறு கடன் தர நிர்ணய நிறுவனம் ஆய்வின்படி உலக அளவில் செயல்படுகிறது. நூறு சிறு கடன் திட்ட நிறுவனங்களில் நான்காம் இடத்தையும், இந்திய அளவில் முதல் இடத்தையும் பெற்றுள்ளது கிராம விடியல் மைக்ரோ ஃபைனான்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட்!" என்கிறார் அதன் நிர்வாக இயக்குநர் எஸ். தேவராஜ்.

சுய தொழில்

புதிய

"கிராம விடியல், மகளிர் சுய உதவிக்குழு பெண்களுக்கு, தொழில் நிமித்தமாக கடனுதவி தந்து, அந்தக் குடும்பங்களின் வாழ்க்கைத் தரத்தை மேம்படுத்தி வருகிறது, மைக்ரோ ஃபைனான்ஸ் திட்டம் மூலம். நியாயமான குறைந்த வட்டி. அசல் பணம் குறையக் குறைய வட்டியும் குறையும். அந்தந்தப் பகுதிக்கு ஒரு மையம். ஃபீல்டு ஆபிசர், சூபர்வைசர், கேஷியர்னு இருப்பாங்க.

"கடன் வாங்குனவங்க ஒவ்வொரு வாரமும் பணம் கட்டிடு வாங்க. பத்து வாரத்துக்கு ஒரு தடவை வட்டி குறையும். சமயத்துல கடைசி வாரம் அசல் மட்டும் கட்டினால் போதும்னுகூட வந்துடும். 1998ல் நான் சாதாரண உறுப்பினர் ஆனேன். இன்னைக்கி ஆசா கிராம விடியலின் நாலரை லட்சம் உறுப்பினர்களின் கூட்டமைப்புத் தலைவியா செயல்பட்டு வர்றேன்! ஆசா கிராம விடியல், 1995லிருந்து கிராம விடியல் மைக்ரோ ஃபைனான்ஸ் பிரைவேட் லிமிடெட் ஆக, உயர்ந்துள்ளது" எனக் கூறுகிறார் கீழ வயலூர் கிராமத்தைச் சேர்ந்த எஸ். மகேஸ்வரி.





காடு கரைகள்ல வேலை இல்லாட்டி, இங்ஙன ஏவாரம் கொஞ்சம் டல்லடிச்சுப் போயிரும். அதனால கடனாய்டிச்சு.



பத்து வருசத்துக்கு முன்னாடி வண்டியில வர்ற கந்து ஆளுங்கள்ட்ட பணம் வாங்க ஆரம்பிச்சேன். ஒரு கந்து அடைக்க இன்னொரு கந்து வாங்கினேன். டீக்கடைல வர்ற தினசரி வருமானம் கந்து கட்டவே சரியாப் போச்சு.

''இதுலேந்து எப்பிடி மீளப் போறோம்னு திகைப்பா இருந்திச்சு. அப்பத்தான் ஆசா கிராம விடியல்காரங்க இந்த ஊருக்கு வந்தாங்க. கிராம விடியல் மகளிர் சுய உதவிக்குழு உருவானது. நான் அதுல உறுப்பினரா சேர்ந்தேன். மத்த குழு மாதிரி சேமிக்கணும், கடன் வாங்கும் போது ஒரு தொகை முன் பணம் கட்டணும்னு கண்டிசன்லாம் அதுல இல்ல. அவுங்களோட ஒரே கண்டிசன், வாங்குன கடனை முழுசா திருப்பிக் கட்டிடணும். ரொம்ப கம்மி வட்டி.

''சிறு கடன் திட்ட உதவி மூலமா, இப்ப எங்க வாழ்க்கைத்தரம் உயர்ந்திருக்கு!'' எனச் சொல்கிறார் புதுக்கோட்டை, சிறுகணை கிராமத்திலிருக்கும் சுப்பு லட்சுமி.

அதிகாலை ஐந்தரை மணி, அந்தச் சின்னஞ்சிறு கிராமத்தில், முதல் டீ ஆத்தும் 'சொய்ங்... சொய்ங்..' சப்தம்

விடியல்!

தவறாமல் கேட்கிறது, சுமார் நூறு வீடுகள் மட்டுமே கொண்ட குக்கிராமத்தின், ஒரேயொரு டீக்கடை அது. அங்கு டீ மாஸ்டரம்மா சுப்புலட்சுமி.

''ஒரே ஒரு ஊர்ல... ஒரே ஒரு மகா ராணிங்கற மாதிரி, இந்த ஊர்ல ஒங்க டீக்கடை மட்டும்தான். ஏவாரம் பிச்சிகிட்டுப் போவுமே?'' என்று சுப்புலட்சுமியின் வாயைக் கிளறினோம்.

''அதான் இல்லீங்க.



இருபது வருடங்களாக, ஊறுகாய் தொழில் செய்து வருபவர், மாரி பாண்டியம்மாள். திருச்சி, உறையூரில் ஒரு சந்தில், பத்துக்குப் பதினைந்தே அடி அளவு கொண்ட சிறு வீடு. அதுதான் அவரோட



→ ஊறுகாய் கம்பெனி கம் ஹவுஸ்.

''நான் வீட்ல உட்கார்ந்தே பொட்டலம் போட்டு பேக் பண்ணி தந்திடுவேன். என் புருசன், எல்லா பக்கமும் அலைஞ்சி கடையில போட்டுட்டு வந்திடுவாரு. ஆரம்பத்துல பஸ்சுல ஏறி இறங்கி, அங்கங்க நடந்து போய் லைன் பார்த்தாரு. அப்புறம் புதுசா சைக்கிள். ஏவாரம் பெருகிச்சு. இப்ப டி.வி.எஸ். பிஃப்டி.

''எங்களுக்கு ரெண்டு பசங்க. காலேஜ் விட்டு வந்ததும் சாயந்திரமா சைக்கிள் எடுத்துட்டு அவங்களும் லைன் ஏவாரத்துக்குப் போய்ட்டு வருவாங்க. இது எங்களுக்கு குடிசைத் தொழில் மட்டுமல்ல, குடும்பத் தொழில்!

''ஆசா கிராம விடியல்ல நான் சேர்ந்து அஞ்சு வருசம் ஆவுது. அதுக்கப்புறம் தான் ஏவாரம் பெருகிச்சு. லைன் போக டி.வி.எஸ். பிஃப்டி, பையன்ங்க காலேஜ் படிப்புனு எல்லாத்தையும் கொஞ்சம் கொஞ்சமா சாதிக்க முடிஞ்சது!'' எனச் சொல்கிறார் மாரி பாண்டியம்மாள்.



திருச்சி அருகே சோமரசம்பேட்டை கிராமத்துக்கு முன்பாக ரெட்டை வாய்க்கால் ஏரியா. வயல்கள் நிறைந்த பகுதியில், இப்போது எங்கு நோக்கினும் வீடுகள். கடலைமிட்டாய் விற்கும் பெட்டிக்கடை இருந்த இடத்தில் தற்போது ஒரு கம்ப்யூட்டர் சென்டர். கடலைமிட்டாய் பெட்டிக்கடை இப்போதும் இருக்கிறது. சற்று தூரம் தள்ளி, வேப்ப மரத்தடியில்.

''இங்ஙனவா கம்ப்யூட்டர் சென்டர் ஓபன் பண்ண போறீங்க. வேலைங்க வருமா? கடை வாடகை கட்ட முடியுமா?ன்னு ஆரம்பத்துல எண்ணிய பயமுறுத்தினாங்க. கிராம விடியல்ல உறுப்பினராகி, துணிஞ்சு ஒரு சிஸ்டம் வாங்கி, இந்த எடத்துல 'விடியல்' கணினி மையம் துவங்கினேன். ஆறு வருசம் ஆவுது. நல்ல வளர்ச்சி கண்டிருக்கேன்.

''இப்ப ரெண்டு சிஸ்டம், ஒர்க் பண்ணுது. கூடவே ஜெராக்ஸ். கொஞ்சம் ஸ்டேசனரி. கேன்ல மினரல் வாட்டர் பிசினெஸ், அப்பிடின்னு நின்னு, நிதானமா பொருளாதார மேம்பாடு அடைஞ்சுட்டு வர்றேன். கிராம விடியல் மைக்ரோ ஃபைனான்ஸ்ல இதுவரைக்கும் ரெண்டு லட்ச ரூபாய்க்கும் மேல கடன் வாங்கி, அதைக் கட்டி முடிச்சுட்டேன். ஒரு தடவை ஐம்பதாயிரம் ரூபா கடன் பெற்று, ஆறு மாசத்துல அதைக் கட்டிட்டேன்னா பார்த்துக்கங்க!'' எனக் கூறி அதிர வைக்கிறார் அன்னலெட்சுமி.

கட்டுரை, படங்கள் :
ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு

முன் குறிப்பு :

மூடிய கைக்குள் அழகான, மிருதுவான ஒரு பறவை. அதை அழுத்திப் பிடித்தால், உயிர் போகும். திறந்துவிட்டால் பறந்துவிடும். இரண்டும் கூடாது. என்ன செய்ய போகிறோம்? பறவைதான் இன்றைய இளைய சமுதாயம்!



வீடே அமளிதுமளி பட்டுக் கொண்டிருந்தது! இன்றைக்கு ப்ளஸ் டூ ரிசல்ட்!

பிற்பகல் பன்னிரண்டு மணி முதல் மது, கம்ப்யூட்டர் முன்பு உட்கார்ந்து விட்டான். அம்மா ஜீவா, காலை ஏழு மணிக்கு புறப்பட்டு, இந்த நிமிடம் வரை ஒன்பது கோயில்களை சுற்றியாகிவிட்டது!

அப்பாவும் கெஞ்சிக் கூத்தாடி அரை நாள் லீவு போட்டு விட்டு வீட்டுக்குவர, பரபரப்பு!

மதுவின் தங்கை பானு, இன்டர்நெட்டில் புகுந்து, தேடுவதற்குள் மதுவுக்கு இருப்பு கொள்ளவில்லை.

மூன்றடிக்க பத்து நிமிடங்கள். ரிசல்ட் தெரிந்துவிட்டது! கூடவே மதிப்பெண்களும்.

எழுபத்தி ஏழு சதவீதம்! அம்மாவின் முகம் தொங்கி விட்டது. இதை வெச்சிட்டு, எப்படிக் கவுன்சிலிங் போறது? தொண்ணூறு தாண்டினவனுக்கே இடம் இல்லையே?

அப்பா, படக்கென, "நீ மேத்ஸ், கெமிஸ்ட்ரி ரெண்டும் சரியா செய்யலை! அப்பவே நான் சந்தேகப்பட்டேன்!"

"அந்த நேரத்துல ஆஸ்பத்திரி, அது



இதுன்னு உங்க அம்மா படுத்தின பாடு... குழந்தையை எங்கே படிக்க விட்டோம்?

''எதுக்குடி எங்கம்மாவை இழுக்கறே? உடம்புக்கு வந்தா, தூக்கி வெளில போட முடியுமா?''

''உங்க தங்கை பாத்துக்கக் கூடாதா?''

சண்டை வலுத்து, வாக்கு தடித்து, அழுகையில் முடிய, பானு கம்ப்யூட்டரில் வேறு பகுதிக்குள் நுழைந்தாள், மது சட்டையை மாட்டிக் கொண்டு, தெருக் கோடிக்கு வர, நண்பர் கூட்டம்!

இவனை விட அதிகம் பெற்றவர்கள் மூவர். குறைந்தவன் ஒருவன்.

''காலேஜ்ல ஸீட் கிடைக்குமா மது?''

''வேண்டாம்! எனக்கு இன்ஜினியரிங் போக விருப்பமில்லை. நான் சாதாரண

அரவணைப்பு!

பி.ஏ., பி.எஸ்ஸி. சேர்ந்து, மியூஸிக், விஷுவல் கம்யூனிகேஷன்னு ப்ளான் பண்றேன். நான் தப்பிச்சேன்!''

''கமான்டா! நமக்கு விருப்பமானதை வீட்ல விடமாட்டாங்க. அவங்க ஒரு கணக்கு போட்டுக்கிட்டு நம்ம மேல திணிச்சா என்ன அர்த்தம்!''

பிள்ளைகளின் ஆசைகள், ஏக்கங்கள் எதிர்கால நம்பிக்கைகள் காரசாரமாகப் போக்குவரத்து டீசலோடு கலந்தன.

அடுத்து வந்த நான்கு நாட்களும் காலை ஆறு மணிக்கு அப்பா, அம்மா இருவரும் வெளியே போனால், இரவுதான் வீடு திரும்புவார்கள். கல்லூரியில் இடம் தேடும் பரபரப்பு.

அந்த வெள்ளிக்கிழமை காலை ஏழு மணிக்கு, இருவரும் வந்தார்கள்.

STRICTLY FOR YOUTH



''உனக்கு பயோடெக் - ஜெனிடிக் இன்ஜினியரிங் கோர்ஸுக்கு ஒரு சீட் புடிச்சாச்சு. இந்தா, அப்ளிகேஷன்! கையெழுத்து போடு! மற்றதை நாங்க பாத்துக்கறோம்!''

''அப்பா! அது என்ன கோர்ஸ்?''

''என்னடா கேள்வி இது? ப்ளஸ் டூல பயாலஜி எடுத்தவன் இந்தக் கேள்வியைக் கேக்கலாமா?''

''வேண்டாம்மா! அதுல எனக்கு நாட்டமில்லை.''

அம்மா சீறிக் கொண்டு வந்தாள்.

''என்னது? நாட்டமில்லையா? விளையாடறியா? ரெண்டு பேரும் நாலு நாளா, அலைஞ்சு திரிஞ்சு பணம் புரட்டியிருக்கோம்! கேபிடேஷன் மூணு லட்சம். தவிர ஃபீஸ், புக்ஸ் எல்லாம் ஒண்ணே கால் வரும். நாலே கால் லட்சத்துக்கு வட்டி என்ன தெரியுமாடா ஒனக்கு?''

''அவனுக்கு என்னடீ தெரியும்? விதம் விதமா உடுத்தவும், தின்னவும் தெரியும்! இன்னும் கொஞ்சம் உழைச்சிருந்தா, மெரிட்ல ஸீட் வாங்கியிருக்கலாம்!''

''அம்மா! பணம் கட்டியாச்சா?''

''நாளைக்கு! ஏன்?''

''வேண்டாம்மா! எனக்கு நாட்டமில்லாத ஒரு படிப்புக்கு, நீங்க கடன் வாங்கி கஷ்டப்படணுமா? இதுல நாளைக்கு என்னால தேற முடியலைனா, அதுக்கும் திட்டுவீங்க. என் விருப்பம் கேக்க மாட்டீங்களா?''

''நம்ம விருப்பம் கேக்கற பழக்கமே அவங்களுக்கு இல்லையேடா மது?''

''நிறுத்துடி! என்ன வாய் நீளுது?''

''அம்மா! நான் விஷுவல் கம்யூனிகேஷன் படிக்கறேன்!''

''படிச்சிட்டு, டீ.வி., சினிமானு சான்ஸ் தேடி அலையப் போறியா?''

''தப்பில்லை. செய்யற தொழிலை, விரும்பி செஞ்சா, அதுல பெரிய ஆளாக முடியாதா?''

''இதப்பாரு மது! உன் எதிர்காலம் பளிச்சுனு இருக்கணும். உங்க ரெண்டு பேரையும் சமூகத்துல, ஒரு நல்ல இடத்துக்குக் கொண்டு வரணும். அதுக்காகத்தான் நாங்க கஷ்டப்படறோம்!''

''அவன்கிட்ட என்னடீ பேச்சு? நாளைக்குப் பணத்தைக் கட்டறோம்! சம்பந்தப்பட்ட புஸ்தகங்களை வாங்கிக்குடு! காலேஜ் திறக்கறவரைக்கும் சுத்தாம, ஒக்காந்து படி!''

''உருப்படாத கூட்டத்தை இனி உள்ளே சேர்க்காதே! உன்னை உயர்த்திக்கப் பாரு!''

டியர் காலேஜ் ஸ்டூடன்ட்ஸ் ஒன்லி... இந்தக் கதையைப் படியுங்க... கதையின் முடிவு என்ன? மது என்ன சொன்னான்? யோசிச்சு எழுதுங்க. சூப்பர் கற்பனைக்கு ரூ.500/-பரிசு! கல்லூரிப் படிப்புக்கான அத்தாட்சியை இணைக்கவும். கடைசித் தேதி 16.7.09

இருவரும் சரமாரியாக அவனது பல தப்புக்களை மட்டுமே சுட்டிக்காட்ட, அதனால் கருத்து வேறுபாடு உண்டாகி, திரும்பவும் சண்டை!

காலிங் பெல் அடித்தது. மது கதவைத் திறந்தான். பெட்டியுடன் மதுவின் பாட்டி - அப்பாவின் அம்மா சாவித்ரி, உள்ளே நுழைந்தாள்.

''பாட்டி, வா! வா!'' இரண்டு குழந்தைகளும் ஓடி வந்து பாட்டியைக் கட்டிக் கொண்டன.

''வாம்மா!'' என அப்பா அழைக்க,

அம்மாவின் முகத்து சிரிப்பு உடனே மறைந்தது!

''எனக்கு வெளில வேலை இருக்கு'' என அம்மா புறப்பட,

''அம்மாவுக்கு சாப்பாடு போட்டு, உட்கார வெச்சுப் பேசேன்''

''உங்கம்மாவை நீங்களே கவனிங்க! எனக்குப் பொறுமை இல்லை!''

போய் விட்டாள்!

பாட்டி, தான் வாங்கி வந்த பொருட்களை பேரப்பிள்ளைகளுக்குத் தந்து விட்டு கொஞ்சினாள்.

சென்ற வருடம் வரை பாட்டி இங்கே தான் இருந்தாள். பாட்டி இருந்தவரை குழந்தைகளுக்கு ஆதரவாக இருந்தது.

மனக் கசப்புகள் அதிகமாகி, விவாதம் வலுத்து, ஒரு கட்டத்தில் பாட்டி ஓர் ஆன்மிக இயக்கத்தில் தன்னை இணைத்துக் கொண்டு தியானம், யோகா, தெய்வசிந்தனை, சேவை என முழுமையாக திசைமாறி வெளியேறிவிட்டாள்.

ஆனாலும் குடும்பப் பாசம் போகவில்லை. வருடத்துக்கு ஒரு முறை வந்து நாலு நாட்கள் பேரப்பிள்ளைகளுடன் இருந்துவிட்டுப் போவாள்.

தனியாக மதுவை அழைத்தாள்.

''ரிசல்ட் வந்துதா ராஜா?''

மது, சகலமும் சொல்லி அழுதுவிட்டான். பானுவும் அவள் பங்குக்கு விடவில்லை.

''காலைல போனா, ரெண்டு பேரும் ராத்திரி வர்றாங்க பாட்டி! வீட்டுக்கு வர்ற நேரத்துல சண்டை, பிரச்னை. சரியா சமைக்கறதுகூட இல்லை. சனி, ஞாயிறு ரெண்டு பேருக்குமே லீவு. வீட்ல இருக்கக் கூடாதா பாட்டி? ஏதாவதொரு வேலை. வெளில போயிடறாங்க.''

''நீ இருந்தப்ப நாங்க சந்தோஷமா இருந்தோம். இப்ப அனாதைகள் மாதிரி ஃபீல் பண்றோம். கேட்டா, உங்களை வசதியா வாழ வைக்கத்தானே நாங்க இந்த ஓட்டம் ஓடறோம்னு சொல்றாங்க!''

பானு புலம்பித் தள்ளிவிட்டாள்.

''எங்க விருப்பத்துக்கு படிக்க முடியலை; ஃபோன்ல பேச விடறதில்லை. நண்பர்கள் வந்தா, நிக்க வெச்சு விசாரணை நடத்தறாங்க. எல்லாத்தையும் சந்தேகக் கண்களோட, குற்றப் பார்வையா பாக்கறாங்க.''

''கேட்டா ரெண்டு பேரும் வாலிப வயசுக்கு வந்தாச்சு. உங்களைக் கண்காணிக்கிறது எங்கக் கடமைனு சொல்றாங்க. எப்பப் பார்த்தாலும் உபதேசம் கேட்டு, காது கட்டையா ஆயாச்சு பாட்டி. நீ ஏன் இங்கிருந்து போனேனு இப்பத்தான் புரியுது. உனக்கே முடியலைனா, நாங்க எப்படி பாட்டி சமாளிப்போம்?''

பாட்டி அதிர்ந்து போனாள்.

''இந்தக் கால பிள்ளைகளுக்குக் குடும்பப் பாசமே இல்லைனு வாய்க்கு வாய் பேசறாங்க பாட்டி! ஒரு நாளாவது எங்க தேவைகளைக் கேட்டு, எங்களைப் புரிஞ்சுகிட்டு, எங்களுக்காக இவங்க வாழ்ந்திருக்காங்களா? எல்லா அப்பா அம்மாக்களுமே இப்படித்தானா? வீட்டுக்கு வரவே பிடிக்கலை பாட்டி!''

பாட்டியால் பேச முடியவில்லை.

''சரி. ராத்திரி ரெண்டு பேரையும் உட்கார வெச்சு நான் பேசறேன்.''

''வேண்டாம் பாட்டி. நீ பேசினா, அம்மாவுக்குப் பிடிக்காது.''

''வேற எப்படி நான் உங்களுக்கு உதவ முடியும் மது?''

''அவங்க சொல்ற படிப்பை என்னால படிக்க முடியாது. ஆனா, படிக்காம அவங்கவிட மாட்டாங்க''

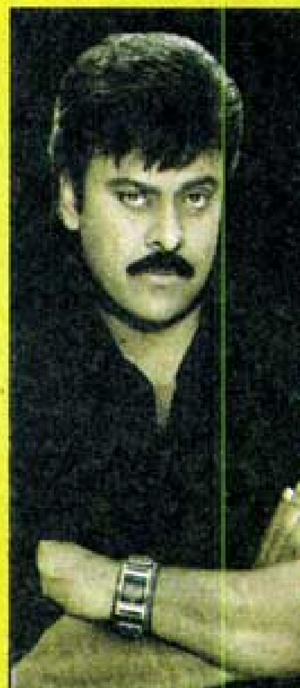
''அதனால?''

''அவங்க வரட்டும் சொல்றேன்!''

(கதாசிரியர் தேவிபாலா எழுதிய கதை முடிவும், பரிசு பெறும் உங்கள் முடிவும் அடுத்த இதழில் வெளியாகும்)

போட்டிக்குத் தயாரா? (முடிவுகள்)





விடைகள் :

1. சூர்யா, 2.மதிவதனி, 3.அமேதி, 4.இந்தியா சிமெண்ட்ஸ், 5.உஷாராணி

ரூ.100 பரிசு பெறும் அதிர்ஷ்டசாலி மாணாக்கர்கள்

1. ஆர்.பாரதி, வள்ளியம்மாள் மகளிர் கல்லூரி, சென்னை - 80
2. எஸ்.சுதர்ஷினி, அண்ணா ஆதர்ஷ் மகளிர் கல்லூரி, சென்னை - 106
3. கே.தீபக் விஜயலு, மூகாம்பிகை பொறியியல் கல்லூரி, திருச்சி - 26
4. கா.சுபலேகா, தியாகராசர் பொறியியல் கல்லூரி, மதுரை - 15
5. ஆர்.பிரதீபன், சோனா கல்லூரி, சேலம் - 5



ஹாய் காலேஜ் பாய்ஸ் அண்ட் கேர்ள்ஸ்!

சுட்டிப் பையன் ரொம்ப பிஸியா பேப்பர் படிக்கிறானே! இதைப் பார்த்ததும் உங்க மனசுல தோணும் ஒரு வரி காமெண்ட் என்ன? அதை கல்லூரி அத்தாட்சியுடன் எழுதி அனுப்புங்க. ஜாலியான 5 காமெண்ட்களுக்கு தலா ரூ.100/– பரிசும் சான்றிதழும் உண்டு.

கடைசித் தேதி 15.7.2009

போட்டிக்குத் தயாரா?

PRASHANTI
House of Silk Cottons

கலக்குதே பிரசாந்தி!



ஒரு பட்டுப் புடைவைக்குரிய பொலிவும், அழகும் வேண்டும். அதே சமயம் விலையும் அதிகமில்லாமல் இருக்க வேண்டும். தண்ணீரில் நனைத்த பிறகும் இளிக்காமல் பட்டின் பளபளப்போடு இருக்க வேண்டும்.

இத்தனை 'வேண்டும்'களுக்கும் ஏற்றதாய் இருப்பவை சில்க் காட்டன் ரகங்கள். சில்க் காட்டன் என்றாலே 'பிரசாந்தி'தான்.

சென்னை சி.ஐ.டி. காலனியில் இருக்கும் 'பிரசாந்தி'யை நிறுவியவர் மாலதி முரளீதரன். சுமார் பதினைந்து வருடங்களாக சில்க் காட்டன் ரகங்களில் வெற்றிக் கொடி நாட்டியவர். உலகம் முழுவதும் இவருக்கு வாடிக்கையாளர்கள். பெங்களூருவில் இரு கிளைகள்! தொலைக்காட்சி சீரியல்களில் அநேகர் கட்டுவது பிரஷாந்தி புடைவைகள் தான். (குறிப்பாக 'திருப்பாவை' தொடரில் பாடகி அனுராதா அணியும் புடைவைகள்) ''புடைவைகளை உயர்தரத்தில் தரவேண்டும் என்பதில் உறுதியாக இருக்கிறோம். எங்களுக்கென்று சொந்தத் தறி உண்டு. மாஸ்டர் வீவர்ஸ் எனப்படும் நெசவாளர்கள் இருக்கிறார்கள். பட்டு, பருத்தி இழைகளில் சின்ன குறை இருந்தாலும் அவற்றை நிராகரித்து விடுவோம்'' என்று வெற்றிக்கான சூட்சுமத்தைக் கூறுகிறார்.

இந்தப் புடைவைகளோடு அணிய ஏற்ற ஃபான்சி ஜுவல்லரியும் பிரசாந்தியில் உண்டு என்பது கூடுதல் தகவல்!

சிவப்பில் பச்சை
பார்டரிட்டு,
ஜரிகையில் கிருஷ்ணர்,
தேர், ராமாயணக்
காட்சிகள் என்று தீம்
புடைவைகள் சில்க்
காட்டனில்
அழகாயிருக்கு.
அம்சமாவுமிருக்கு!



ஹாஃப் அண்ட் ஹாஃப் என்பது இந்த வருட புதிய டிசைன்! மேல் பாதியில் மயில் கழுத்து நிறம், அடர்நீல ஜரிகை பார்டருடன் மின்னுகிறது. கீழ் பாதியில் ராயல் ப்ளூ எனப்படும் ஆழ்ந்த நீலம், ஜரிகை புட்டா மினுமினுக்க பட்டாட்டம் இருக்குல்ல.



நீங்க டீன்ஏஜா? புரோக்கேட் வேலைப்பாடு புடைவை இது. ஃபாண்டா ஆரஞ்சு வண்ணத்தில் உடல், லாவெண்டரும், ஆரஞ்சும் கலந்த தலைப்பு... பார்ட்டிகளில் அணிந்தால் ஜொலிப்பு!





எம்பிராய்டரி இல்லாத சில்க் காட்டனா? நீல நிற எம்ப்ராய்டரி புடைவையில், பாவஞ்சி பார்டர் அழகு தர, அதை மேலும் கவர்ச்சியாக்க குந்தன் கற்கள் மற்றும் ஜர்தோசி வேலைப்பாடுகள் செய்யப்பட்ட பிரசாந்தியின் கைவண்ணத்தில் உள்ளம் கொள்ளை போகுமே!





கறுப்பு உடலில் மெரூன் பார்டர். காண்ட்ராஸ்ட் பச்சை, சிவப்பு வண்ணங்களில் கவர்ச்சியான புட்டாக்கள் நெய்யப்பட்டு, உங்கள் அழகை பல மடங்கு எடுத்துக்காட்டும் மிக அழகான புடைவை இது!

புடைவை மட்டுமான்னு முணுமுணுக்காதீங்க. மாடர்ன் உடையும் இருக்கு! தங்க நிற பிளாக் பிரிண்ட் செய்யப்பட்ட அழகான குர்தி இதோ! பிரசாந்தியில் சில்க் காட்டன் குர்தீஸ்கூட பிரசித்தி!



இந்த அழகான பிங்க் + பச்சை புடைவை 'பிக்மெண்ட் பிரிண்ட்' எனப்படும் தங்க நிற பிரிண்ட் உடலில் பொருத்தமான ஜரிகையோடு செய்யப்பட்டுள்ளது. வாவ்.. சூப்பர்!

மாடல் : **அவந்திகா, பூஜா**

தொகுப்பு : **பத்மினி பட்டாபிராமன்**

படங்கள் : **ஸ்ரீஹரி**

ரூ.500/- பரிசு பெறும் யூத் சிறுகதை முடிவு!

'நேசிக்க நேரமில்லை' யூத் சிறுகதையில் ராஜேஷ்குமார் எழுதிய ஒரிஜினல் முடிவு!

சாருமதி தந்த அதிர்ச்சி வைத்தியம் என்ன?

சாருமதி, பக்கத்து அறைக்குள் சட்டென புகுந்து, ஓர் ஆணுடன் திரும்ப வந்தாள். முகம், கை கால் எல்லாம் தீக்காயத் தழும்பு போல திட்டுத்திட்டாய்க், கறுத்திருக்க, பருத்த உடலும், கொக்கு மூக்குமாகக் காட்சியளித்த அந்த ஆளை பார்க்கவே சகிக்கவில்லை சியாமளாவுக்கு.

''லுக் மிஸ் சியாமளா. இவர் மிஸ்டர் சரவணன். என் கணவர். பிறர் அன்புக்காகவும், அனுசரணைக்காகவும் காத்துக் கிடக்காமல், எல்லோரையும் தேடித் தேடி நேச மழை பொழிபவர். இந்த சென்டர் கூட இவரது ஐடியாதான். உன்னோட குறை பற்றிய சிந்தனையும் ஆதங்கமும் உன்னை ஆக்கிரமிக்க அனுமதித்ததால் வந்த விளைவுதான் உன்னோட தற்கொலை எண்ணம்.

''என் கணவர் மாதிரி தோற்றம் குறித்து விசனப்படாமல், நல்ல விஷயங்களில் முழு மூச்சோடு இறங்கி செயல்பட்டால் உன்னை நேசிப்பவர்கள் தேடி வருவார்கள், என்னை மாதிரி'' என்று கண்ணைச் சிமிட்டினாள் சாருமதி.

சியாமளாவுக்குள் ஒரு தன்னம்பிக்கைப் பொறி... அவள் சரவணனைப் பார்த்து சிநேகத்தோடு சிரித்தாள்.

- ப.நல்லசிவன்,
பி.எஸ்ஸி. இரண்டாமாண்டு,
தூய சவேரியார் கல்லூரி,
பாளையங்கோட்டை

சாருமதி தமயந்தியைப் பார்க்க, அவள் மேஜையை மெல்லத் தள்ளினாள். இப்போது சாருமதி முழுமையாய் தெரிந்தாள்.

இடுப்புக்குக் கீழே இடதுகால் நன்றாக இருக்க, வலதுகால் சூம்பிப்போய் இருந்தது. சாருமதி ஒரு சக்கர நாற்காலியில் உட்கார்ந்து இருந்தாள்.

சியாமளா அதிர்ந்துபோனவளாய் எழுந்து, ''மேடம்!'' என்று பேச வாய் வராமல் திணறினாள்.

''என்ன சியாமளா... நான் அழகாய் இருக்கேனா? கால் மட்டுந்தான் இப்படின்னு நினைக்காதே...! என்னோட வலது கையைப் பார்த்தியா? செலாஸ்டிக் ஜெல்லினால் தயாரிக்கப்பட்ட ஜெய்ப்பூர் கை. நெயில் பாலீஷ் பூச்சோடு இருக்கும் இந்தக் கையைப் பார்த்து நிறைய பேர் ஏமாந்து போயிருக்காங்க.

''நானும் உன்னை மாதிரி அழகைப் பெரிசா நினைச்சிருந்தா எப்பவோ தற்கொலை பண்ணிக்கிட்டு செத்துப் போயிருக்கணும்... ஆனா நான் மத்தவங்களுக்கு கவுன்சிலிங் பண்ணிட்டிருக்கேன்!''

சியாமளா கண்களில் நீரோடு கைகூப்பினாள். ''ஸாரி மேடம்...! இனிமே என்னோட வாழ்க்கையில் தற்கொலையைப் பத்தி நினைச்சுகூட பார்க்க மாட்டேன்!''

''தட்ஸ் குட்!'' என்றாள் சாருமதி.



யூத் எடிஷன் பக்கங்கள்

சினிமாவில் சேரணுமா?

திரைப்படக் காட்சியில் கதாநாயகி உணர்ச்சிகரமான காட்சியில் நடிப்பதைப் பார்த்துவிட்டு "இவளெல்லாம் என்னத்த நடிக்கிறா? நீ இவளைவிட நல்லா நடிப்பே" என்று தோழிகள் சொல்கிறார்களா? அதுதான் உங்கள் நினைப்புமா? அல்லது "என்ன இது ராத்திரியிலே நடக்கிற காட்சிக்கு பளிச்சுனு வெளிச்சத்தைக் கொட்டியிருக்காரே. ஒளிப்பதிவாளருக்கு ஒரு சென்ஸ் வேணாமா?' என்பதுபோல் கருத்துகளைக் கொட்டிக் கொண்டிருக்கிறீர்களா? இப்படித் திரைப்படக் காட்சிகளைப் பார்க்கும்போது உங்களுக்குப் பலவித கருத்துகள் தோன்றி, அவற்றை செயல்படுத்தும் ஆர்வமும் இருக்கிறதா? அதாவது சினிமாவில் சேர ஆசையா? அப்படியானால் இந்தக் கட்டுரை உங்களுக்கானது தான்.

ஜி.எஸ்.எஸ்

இந்தியாவில் திரைப்பட தொழில்நுட்ப கல்லூரிகள் சென்னை, கொல்கத்தா, பூனே ஆகிய மூன்று இடங்களில் தான் நடத்தப்படுகின்றன.

'நடிகர் திலகமோ நடிகையர் திலகமோ கல்வியில் கரை கண்டவர்களா என்ன? படிப்புக்கும் நடிப்புக்கும் சம்பந்தமில்லை' என்றெல்லாம் விவாதிப்பவர்கள் விலகிக் கொள்ளலாம். திரைப்படக் கல்லூரி எனும்



ஐந்து பட்டப் படிப்புகளுக்குமே நேர்முகத் தேர்வு உண்டு. எழுத்துத்தேர்வு கிடையாது. குறிப்பிட்ட துறையைச் சேர்ந்த நிபுணர் குழு, இந்த நேர்முகத் தேர்வை நடத்தும். வகுப்புகள் எடுப்பது, மதிப்பீடுவது போன்றவற்றில் கூடப் பிரபல திரைப்படக் கலைஞர்கள் பங்கேற்பது சிறப்பு.

பிரபல ஒளிப்பதிவாளர்-இயக்குனர் ராஜீவ் மேனன் துவக்கிய 'மைண்ட்ஸ் க்ரீன்' திரைப்படக் கழகமும் சென்னையில் உள்ளது. திரைப்படத் தொழில்நுட்பக் கலைஞர்கள் மற்றும் நடிகர்களுக்கான பயிற்சிகளை அளிக்கிறது.

போதே, கல்வித் தகுதிகளும் கட்டாயமாகிவிடுகின்றன.

பூனேவில் இயங்கும் 'ஃபிலிம் அண்ட் டெலிவிஷன் இன்ஸ்டிட்டியூட் ஆஃப் இந்தியா' 1960ல் தொடங்கப்பட்டது. மிகவும் புகழ் பெற்ற இந்த மையம், முன்பு பிரபல பிரபாத் ஸ்டூடியோ இயங்கிய இடத்தில்தான் இயங்குகிறது. சென்னையில் இந்நிறுவனம் தரமணி பகுதியில் உள்ளது.

சென்னையில் உள்ள கல்லூரியில் மட்டுமே ப்ளஸ்டு படித்தவர்களுக்கும் ஃபிலிம் டெக்னாலஜி படிப்பு கற்றுத் தரப்படுகிறது. (பூனேவிலும் கொல்கத்தாவிலும் பட்டப்படிப்பு படித்தவர்கள் மட்டுமே சேர முடியும்).

முதலில் ஒளிப்பதிவு தொடர்பான கல்வியைப் பார்ப்போம். 'டிப்ளோமா இன் சினிமாடோக்ராஃபி அண்ட் ஃபிலிம் பிராஸஸிங்' என்ற படிப்புக்கு மூன்று ஆண்டுகள் தேவைப்படும். ப்ளஸ் டூ-வில் இயற்பியல், வேதியல் போன்ற பாடங்களில் அறுபது சதவீதம் மதிப்பெண் பெற்றவர்கள்தான் இதில் சேர முடியும். அதிகபட்ச வயது இருபத்து ஒன்று. தாழ்த்தப்பட்ட மற்றும் பழங்குடியினருக்கு மூன்று ஆண்டுகள் சலுகை உண்டு.

ஒளிப்பதிவை 'சினிமாடோக்ராஃபி' என்பார்கள். படப்பிடிப்பு முடிந்தபிறகு பிலிம் ரோலை, விஞ்ஞான முறைப்படி ப்ராஸஸ் செய்யும் நுட்பங்களை அறிவது 'ஃபிலிம் பிராஸஸிங்'.

இந்தப் பட்டப் படிப்பை முடித்தவர்கள் சினிமா மட்டுமின்றி தொலைக்காட்சிகளிலும் விளம்பர நிறுவனங்களிலும்



ஆபாவாணன், அருண் பாண்டியன், நாசர், சுஹாசினி, அர்ச்சனா, ராம்கி, ஆர்.வி.உதயகுமார், ஆர்.கே.செல்வமணி, அரவிந்தராஜ், பிரகாஷ்ராஜ், திருமுருகன், திருச்செல்வம், எடிட்டர் ஜெயக்குமார், தங்கர்பச்சான்,



ஒளிப்பதிவாளராகப் பணிபுரியலாம். புகைப்பட நிறுவனங்கள், திரைப்பட ஃபிலிம் சோதனைச்சாலை ஆகியவற்றி லும் வேலைவாய்ப்பு உண்டு.

அடுத்து ஒலிப்பதிவுப் பிரிவுக்கு வருவோமா?

'டிப்ளோமா இன் சவுண்ட் ரெகார்டிங் அண்ட் சவுண்ட் இன்ஜினியரிங்' என்ற படிப்பு மூன்று ஆண்டு காலத்துக்கானது. ப்ளஸ்-டூவில் இயற்பியல், வேதியல் போன்ற பாடங்களில் தேர்ச்சிபெற்றிருக்க வேண்டும்.

இந்தப் படிப்பை முடித்தவர்களுக்கு சினிமா, தொலைக்காட்சி, வானொலி நிறு வனங்களில் வேலைவாய்ப்பு கிடைக்க அதிக வாய்ப்புள்ளது. அல்லது சொந்த மாக ஒலிப்பதிவு நிலையங்களும் நடத்தலாம்.

திரைப்படத் துறை தொடர்பாக மட்டும்தான் இந்த நிறுவனங்கள் செயல்பட்டன என்றாலும் சமீபகால மாக தொலைக்காட்சி நிகழ்ச்சிகளுக்கான பயிற்சிகளையும் அளிக்கத் தொடங்கி உள்ளன.

அடுத்ததாக நடிப்புக்கு வருவோம். பதினெட்டிலிருந்து இருபத்து ஐந்து வய துக்குட்பட்ட ஆண்களும், பதினைந்தி லிருந்து இருபத்து ரெண்டு வயதுள்ள பெண்களும் 'சர்டிஃபிகேட் இன் ஃபிலிம் ஆக்டிங்' என்ற படிப்பில் சேரலாம்.

இவர்கள் குறைந்தது பத்தாவது வரை படித்திருக்க வேண்டும். தோற்றம், ஆர்வம் இவற்றோடு சில நிமிடங்கள் நடிக்கச் சொல்லியும் கவனித்துத் தேர்வு செய்வார்கள்.

'எடிட்டிங்' எனப்படும் படத்தொகுப் புப் பிரிவை அறிந்து கொள்வோம். படத் தொகுப்பிற்கான தொழில்நுட்பங்களை அறிய மூன்று ஆண்டுகால படிப்பான 'டிப்ளோமா இன் ஃபிலிம் எடிட்டிங்' படிப்பில் சேரலாம்.

இதில் சேர ப்ளஸ் டூ தேர்ச்சிபெற் றிருக்க வேண்டும். அதிகபட்ச வயது இருபத்து ஒன்று. தாழ்த்தப்பட்ட மற்றும் பழங்குடியினர் பிரிவினர் இருபத்து நான்கு வயதுவரை சேரலாம்.

ரஜினிகாந்த், தலைவாசல் விஜய், அபஸ்வரம் ராம்ஜி, ராபர்ட் ராஜ சேகர், ரகுவரன், நிழல்கள் ரவி, ஒளிப்பதிவாளர் செந்தில்குமார். இவர்கள் அனைவரும் சென்னை தரமணியில் உள்ள ஃபிலிம் இன்ஸ்டிட்டியூட் மாணவர்களே.





நேசி; யோசி!

எய்ட்ஸ்!
இது ஒரு விசித்திர வியாபாரம்
இங்கு
வாங்குபவர்களும் விற்பவர்களும்
நஷ்டப்படுகிறார்கள்!

இளைஞனே நீ,
இராமனாயிருந்தால் காத்திருப்பது சீதை
காமனாயிருந்தால் காத்திருப்பது சிதை.

ஆசை என்னும் காமனால்
எய்ட்ஸ் எனும் எமன் வருகிறான்;
அழுது புலம்பினாலும் வந்த
பின் போகாது!

பத்தினி வரும்வரை பட்டினி கிடக்க
சூளுரை எடு!
அடங்கா ஆசையா?
ஆணுறையாயினும் இடு!

பல பேரைத் தழுவிய வேசி;
கொதி நீரைத் தழுவாத ஊசி!
சோதிக்கப்படாது கொடுக்கும் இரத்தம்
புண் உள்ள இதழ் கொடுக்கும் முத்தம்!
இவையே எய்ட்ஸின் உலகு;
இவை எதற்கு நமக்கு விலகு!

மனைவியை மட்டும் நேசி;
எய்ட்ஸ் வருமா யோசி!

– எஸ்.இரஞ்சித்குமார்,
இரண்டாம் ஆண்டு, சுசீலா
ஆசிரியர் பயிற்சி நிறுவனம்,
வீரசோழபுரம், கள்ளக்குறிச்சி



"ட்ரெயினை கண்டுபிடிச்சது நல்லதா போச்சு!"

"ஏன்?"

"இல்லைன்னா தண்டவாளம் வீணா போயுடுமில்ல."

★ ★ ★

"வாழ்த்துகள்! நீங்க செலக்ட் ஆகிட்டிங்க. மாசம் பத்தாயிரம் ரூபா சம்பளம். அடுத்த வருஷத்திலிருந்து இருபதாயிரம் கொடுப்போம்!"

"ஓகே! நான் அடுத்த வருஷம் வந்து ஜாயின் பண்ணிக்கிறேன்!"

- வி.சௌம்யா, முதலாமாண்டு பி.பி.எம். ஸ்ரீமதி இந்திரா காந்தி கல்லூரி, திருச்சி





தமிழ் இலக்கியா, (முழு முகவரி தேவை)



பூஞ்சாரல் பக்கங்கள்

விருது நகரில் 15.7.1903 அன்று, குமாரசாமிக்கும் சிவகாமி அம்மாளுக்கும் அருந்தவப் புதல்வராய்ப் பிறந்தவர் காமராஜர். இவரது இயற்பெயர் காமாட்சி. இவர் தம் ஆறாம் வயதில், தந்தையை இழந்தார். தாய்மாமன் ஆதரவில் குடும்பம் இயங்கியது.

குடும்பச் சூழ்நிலை காரணமாக ஆறாம் வகுப்புக்கு மேல் கல்வியைத் தொடர முடியவில்லை. தாய்மாமன் கடையில் விற்பனையாளராகப் பணி தொடங்கினார். அப்போது விடுதலைப் போராட்டம் கொழுந்து விட்டு எரிந்து கொண்டிருந்தது. காந்தியடிகளின் கொள்கையால் ஈர்க்கப்பட்ட காமராசர், நாட்டு விடுதலைக்காகப் போராட்டத்தில் ஈடுபடலானார்.

'தீரம்'

பதவி ஆசை இல்லாதவர் :

1940ஆம் ஆண்டு தமிழ்நாடு காங்கிரஸின் தலைவரானார் காமராசர். 1941ஆம் ஆண்டு விருதுநகர் நகர்மன்றத் தலைவராகத் தேர்ந்தெடுக்கப்பட்டபோது நாட்டு விடுதலை குறித்த வேலைகள் இருப்பதால்

பூஞ்சாரல் பக்கங்கள்

அப்பதவி வேண்டாமென்று கூறிப் பதவி விலகினார்.

கல்விப் பணியும் உணவுத் திட்டமும் :

சமுதாயத்தின் பெரும்பகுதி மக்கள் ஏழ்மையிலும் அறியாமையிலும் மூழ்கித் தற்குறிகளாகத் தாழ்ந்து கிடந்ததைச் சமூக அவமானமாகவே கருதினார்.

★ காமராசர், காலங்காலமாகப் பிற்படுத்தப்பட்டுக் கிடக்கும் மக்களைச் சமுதாயத்தின் பொறுப்புள்ளவர்களாக மாற்ற அவர்களுக்குக் கல்வி அளிப்பதே சிறந்த வழியென்று கருதினார்.

★ காமராசர் ஆட்சியில் இரண்டு வெளிச்சங்கள் கிராமப் புறங்களில் பாய்ந்தன. ஒன்று மின்சாரம், இன்னொன்று, ஊர்தோறும் பள்ளிகள்.

ராசர்!

★ ஏழை வீட்டுக் குழந்தைகள், கல்விக் கண் பெற வேண்டும் என்பது காமராசரின் தணியாத விருப்பம். அந்த விருப்பத்தாலேயே மதிய உணவுத் திட்டம் உருவாகியது.

★ இன்று, சத்துணவுத் திட்டமாகத் தமிழ்நாடு முழுவதும் செயல்பட்டு வரும் பயனுள்ள திட்டத்துக்கு வித்திட்டவர் அவர். சர்.பிட்டி. தியாகராய செட்டியார்' சென்னை மாநகர் அளவில் முதன் முதலில் மதிய உணவுத் திட்டத்தை அறிமுகப்படுத்தினார். அதைக் காமராசர், அன்றைய சென்னை மாநில அளவுக்கு விரிவுபடுத்தினார். இத்திட்டத்தினால் தமிழ்நாட்டின் ஏழை எளிய குழந்தைகள் பள்ளிகளை நோக்கி விரைந்தனர்.

★ இத்திட்டத்தை அன்றைய கல்வி அதிகாரியாக இருந்த நெ.து.சுந்தரவடிவேலு செயல்படுத்தினார். இதனால் கல்வி பாமர மக்களுக்கு சொந்தமாயிற்று.

காமராசர் திட்டம் :

★ காங்கிரஸ் கட்சி நலிவடைந்த போது அதனை வலுப்படுத்தத் தலைவர்கள் ஒன்று கூடிச் சிந்தித்தனர். அப்போது மாநில முதல்வர்களும், நெடுங்காலமாக அமைச்சராய் இருப்போரும் பதவி விலகிக் கட்சிப் பணியில் ஈடுபட வேண்டும் என்று திட்டம் வகுத்தார் காமராசர். அத்திட்டத்தைச் செயற்படுத்த தாமே முதலமைச்சர் பதவியைத் துறந்து மற்றவர்களுக்கும் வழி காட்டினார்.

★ அன்றைய பிரதமர் நேருவே நாடாளுமன்றத்தில் இதனை பாராட்டினார். செய்தித் தாள்கள் இதனைக் காமராசர் திட்டம் என்றே பாராட்டின.

சமுதாயப் பணி :

உழவுத் தொழிலும் சிறக்க உழைத்தவர் காமராசர். மணி முத்தாறு, கீழ்பவானி, வைகை, சாத்தனூர் முதலிய அணைகளைக் கட்டி, நீர்ப்பாசனத் திட்டங்களைச் செயற்படுத்தினார். சிற்றூர்களுக்கு மின்சாரம் வழங்கினார். தொழிற்பேட்டைகளை உருவாக்கி நாட்டின் பொருளாதாரத்தை உயர்த்தினார்.

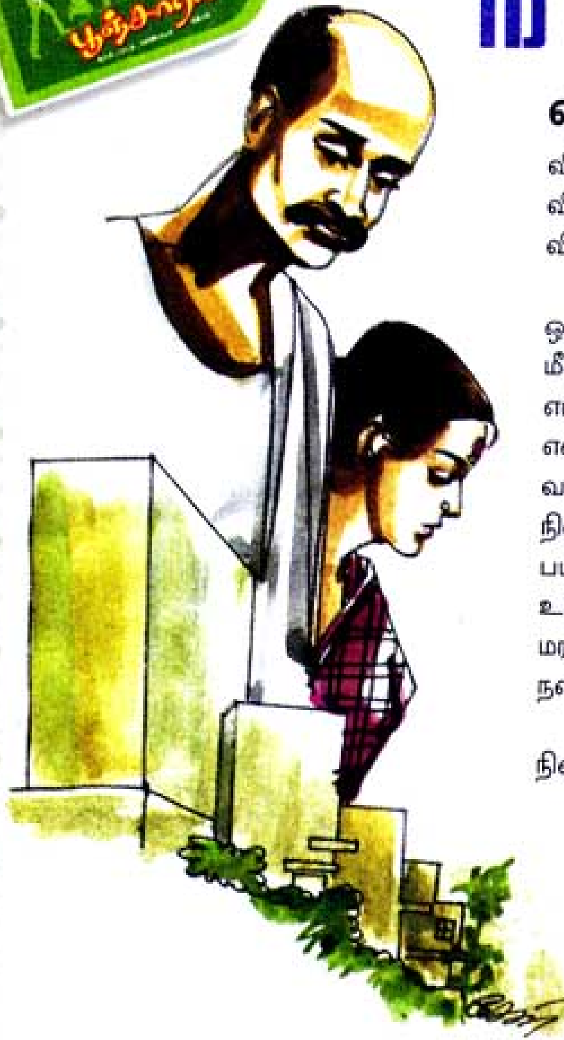
தமக்கென வாழாது, பிறருக்கென வாழ்ந்து உத்தமரானார் இந்தக் கர்மவீரர் காமராசர்!

- மு.ரஹினா, இரண்டாமாண்டு,
சுசீலா ஆசிரியர் பயிற்சி நிறுவனம்,
வீரசோழபுரம்



பூஞ்சாரல் பக்கங்கள்

நீ இல்லை!



விளை நிலங்களை அழித்துவிட்டாய்
விவசாயிகளை நிராயுதபாணியாக்கினாய்;
விம்மிப் புடைத்த கம்பீரக் கட்டடங்கள்
விண்ணை முட்ட கட்டி எழுப்பினாய்!

ஒரு நாள் எங்களைத் தேடி வருவாய் -
மீண்டும் பயிர் விளைச்சலுக்காக
எப்பொழுது
என சொல்லட்டுமா?
வானம் பொய்க்கும்போது வருவாய்
நிலம் காயும் போது வருவாய்
பயிர் விளையாமல் மனிதா நீ எதை
உண்பாய் - பசியால்
மரண ஓலங்கள் கேட்கும்போது வருவாய்...
நவீனம் என்ற பெயரில் தடம் மாறும்
மனிதா
நின்று யோசித்துப் பார்...
நாங்களில்லாமல் நீயில்லை!

- பிரவின் ஜாஸ்பர், பி.எஸ்ஸி.,
முதலாமாண்டு சுசிலா ஆசிரியர்
பயிற்சி நிறுவனம், வீரசோழபுரம்,
கள்ளக்குறிச்சி

"என்னய்யா இது...
புதுக்கொடி பறக்குது...
கட்சி பேரென்ன?"

"தலைவரே, அது நம்ம
நாட்டு தேசியக் கொடி!"

- க.பாரதி, ஐந்தாம்
வகுப்பு, பி.யு.பி. பள்ளி,
காயக்காடு







எங்களுடைய கிராமத்தில் மண்சட்டியில்தான் கீரையைச் சமைப்பார்கள். கீரையில் சிறு சிறு புழுக்கள் இருக்கக் கூடும். உப்பு, காரம் சேர்த்து கீரையை அடுப்பில் வைத்ததும் இந்தப் பாடலைப் பாடுவார்கள்.

''பச்சிலையில்
இருக்கிற பத்தினிப் பொண்ணுங்களா;
உப்புந்தண்ணியும் வருது ஓடிப்பொழைங்க'

என்று பாடியதும், சட்டியில் இருந்த (கீரையில்) புழுக்கள் மேலேறி வெளியே வர ஆரம்பித்து விடும். கரண்டியால் அவற்றை எடுத்து வெளியே விட்டுவிடுவார்கள். நானும் இதனை பலமுறை செய்து பார்த்திருக்கிறேன்.

- எஸ்.ராஜகுமாரி,
சென்னை

கிராமங்களில் பருவமடைந்த பெண்ணுக்கு காலையில் எழுந்ததும், வெறும் வயிற்றில் நாட்டுக் கோழி முட்டைகளை பச்சையாகக் குடிக்கக் கொடுப்பார்கள். பிறகு, முட்டை ஓடுகளில் சுத்தமான நல்லெண்ணெயை நிரப்பி அதனையும் குடிக்கச் சொல்வார்கள்.

காலை உணவாக, உளுந்தங்களி செய்து பனங்கருப்பட்டியை சிறிது வைத்து அதன் மேல் நல்லெண்ணெயைத் தளர ஊற்றி சாப்பிடத் தருவார்கள். பெண் தாய்மை அடையும்போது, பிரசவ வலியைத் தாங்கும் சக்தியை இந்தச் சத்தான உணவு தருகிறதாம். பல கிராமங்களில் இப்பழக்கத்தை இன்றும் கடைப்பிடிக்கிறார்கள்.

- ஆர்.ராஜலட்சுமி,
ஹூப்ளி



பச்சிலையில் இருக்கிற பத்தினிப் பொண்ணுங்க!



இந்தியாவில் பெரிய கோயில்கள் அதிகம் இருக்கின்றன. ஆனால், உலகின் மிகப் பெரிய இந்துக் கோயில், கம்போடியா நாட்டில் உள்ளது. இருபது ஸ்ரீரங்கம் கோயில்களை அதனுள் அடக்கலாம் என்று செய்திகள் கூறுகின்றன.

- கே.சி. சௌந்திரம், கொடுமுடி

✉ குழந்தை வளர்ப்பு, எத்தகைய அற்புதமான கலை என்பதை தலையங்கத்தின் மூலம் நேர்த்தியாக விளக்கியிருந்த விதம் அருமை. அஸ்திவாரம் பலமாக இருந்தால் தான் இருபதாவது மாடியும் உறுதியாக நிற்கும் என்ற வரியை ஒவ்வொரு பெற்றோரும் மனத்தில் நிறுத்தினால் எதிர்காலத்தில் பக்குவம் நிறைந்த குழந்தைகள் வளர்வது உறுதி.

- பாலா ரெங்கநாதன், திருவாரூர்

✉ மங்கையர் மலர் படித்ததும் உண்டாகும் உற்சாகம், சந்தோஷம் இதையெல்லாம் மீறி ஒருவித சோக மேகம் சூழ்ந்து கொண்டதென்னவோ உண்மைதான். 'சாரதா பேசுகிறேன்' புதிய தொடரைத்தான் சொல்கிறேன். (இதுபோன்ற தொடர் வேண்டாமே... ப்ளீஸ்...

- எஸ்.மோகனா செல்வகணேசன், சோழிங்கநல்லூர்

(மென்மையான உள்ளம் உங்களுக்கு மோகனா! சின்ன விஷயத்துக்கெல்லாம் மனம் இடிந்து துவண்டு போகும் பெண்களிடையே, சாரதா போன்றவர்களும் எதிர்நீச்சல்போட்டு வாழ்ந்து கொண்டுதான் இருக்கிறார்கள் என்பது நமக்குத் தெரிய வேண்டாமா? இதனால் நமது வாசகியருக்கு தைரியமும் தன்னம்பிக்கையும் கூடும் இல்லையா? தொடர்ந்து படியுங்க. ப்ளீஸ்.)

- ஆர்.

✉ 'சாரதா பேசுகிறேன்' புதிய தொடர் ஆரம்பமே அசத்தலாகவும், விறுவிறுப்பாகவும் இருக்கிறது. எப்போது வருமோ அடுத்த மங்கையர் மலர்? காத்திருக்கிறேன்.

- க.மேகா, மங்கலம்

✉ கவிஞர் மனுஷ்ய புத்ரன் கொடுத்த பதில்கள் பரவசத்தைத் தந்தன. இன்று நான் யாராக இருக்கிறேனோ அதற்குக் காரணம் சுஜாதா என்று நன்றி உணர்வுடன் கொடுத்த பதில் மகிழ்ச்சியைத் தந்தது.

- எஸ்.பஞ்சலிங்கம், மடத்துக்குளம்





நகைச்சுவை

✉ படித்துவிட்டு ஊதாரியாய்த் திரிந்த நான் மங்கையர் மலர் வழங்கிய 'ஆல் த பெஸ்ட் 64' டிப்ஸ்களைப் படித்து அதில் உள்ள முறைகளைக் கையாண்டேன். தற்பொழுது முன்னணி நிறுவனம் ஒன்றில் வேலைக்கான உத்தரவு கடிதம் வந்துள்ளது. மங்கையர் மலருக்கு நன்றிகள் பல!

- எம்.கே.அருள்ராஜா, அரியலூர்

யதார்த்தம்!

✉ ஆல் த பெஸ்ட் 64-ல் உள்ள எல்லாமே ஆல் ஆர் பெஸ்ட்-ஆக இருந்தது.

- எஸ்.லக்ஷ்மி சீனிவாச ராவ், திருக்கோவிலூர்

✉ வாய்ப்புண்ணால் இரவில் தூங்கக்கூட முடியாமல் அவதிப்பட்ட நான், மங்கையர் மலரின் யோசனைப்படி கொப்பரையையும், கசகசாவையும் பசும்பாலில் கலந்து சாப்பிட்டதில் நல்ல பலன் கிடைத்தது.

- என்.சம்பத், சேலம்

✉ வழிகாட்டிகளாக வாழ்ந்து வரும் டூரிஸ்ட் கைடுகளை கலங்கரை விளக்கம் என்று அழைப்பது வெகு பொருத்தம்.

- சி.விஜயாம்பாள், கிருஷ்ணகிரி

✉ 'புரிந்துகொள்வோம், ப்ரெயின் ஸ்ட்ரோக்கை' அருமையான செய்தித் தொகுப்பு.

- ராஜம் ஜானகிராமன், வேதாரண்யம்

✉ சிறந்த ஆன்மிகத் தகவல்களுடன், பரிசையும் வழங்கி மனத்தில் பதியவும் செய்கிறீர்கள். சீரிய பணி தொடர வாழ்த்து!

- மீனாட்சி ஜகந்நாதன், சேலம்

✉ நட்புக்கு புது அர்த்தம் கண்டேன்
மாதம் ஒருமுறை
இனி உறவுகள் தேவையில்லை
எனக்கு என்றுகூட தோன்றும்
சில நேரங்களில்
கனமான சோகங்களும் ரணமான
காயங்களும் மாறித்தான் போகின்றன
மங்கையர் மலர் என்னும் தோழியே
உன்னை ஒவ்வொரு முறையும்
வாசிக்கும்போது!

- என்.கே.ஐஸ்வர்யலக்ஷ்மி, திருவண்ணாமலை

✉ 'வெற்றி கொடிகட்டு' பகுதியில் கல்யாண மாலை தயாரிக்கும் பெண்கள் குழு பற்றி படித்து அதிசயித்தேன்.

- ஆர்த்தி, சென்னை

✉ அன்பு வட்டம் பகுதியில் வாசகியரின் கேள்விக்கு அனுஷா அளிக்கும் ஜாலி பதில்கள் வெகு யதார்த்தம். நகைச்சுவை யதார்த்தம்!

- எல்.மோஹனசுந்தரி, கிருஷ்ணகிரி

✉ இரு சிறுகதைகள் ரா.ஸ்ரீவித்யாவின் 'உறவுச் சங்கிலி' மற்றும் கே.ஆர்.வனஜா ராஜின் 'அவள் ஒரு தேவதை'. ஒரு கதையில் மாமியாருக்கு மறுமகளிடம் சுணக்கம் மற்ற கதையில் மருமகளுக்கு மாமியாரிடம் பிணக்கம். ஆனால் நல்ல முடிவு!

- ஜே.துரைராஜ், சென்னை

✉ 'வளரும் வலி, தளரும் தேகம்' தாயின் மனக்கசப்பை வெளிப்படுத்தும் ஹேமலதாவின் கவிதை யதார்த்தத்தின் சிகரம்!

- ஆ.கே.உமாசங்கரி, கோயிற்பட்டி

வாய்ப்புகள்

காமநாயக்கன்பாளையம் அருகே சிறு கிராமம். வெயில் விடை பெற்றுக் கொண்ட மாலை வேளை. ஊர்த்திடலில் வெட்ட வெளியில், ஒரு பத்து நிமிட மௌன நாடகம். நடித்துக் காட்டியவர்கள் திருச்சி, ஸ்ரீமதி இந்திராகாந்தி கல்லூரி நாட்டு நலப் பணித் திட்ட மாணவிகள். சுற்றுச் சூழல் குறித்தான மௌன நாடகம் அது.

''அந்த மௌன நாடகத்தைச் சட்டெனப் புரிந்து கொண்டார்கள் கிராம மக்கள். அடுத்த ஐந்தாவது நிமிடத்திலேயே அது குறித்து என்னிடம் தீவிரமாகப் பேச வந்துவிட்டனர். எனக்கு ரொம்ப ஆச்சரியம்.

''அவர்களது சந்தேகங்களைத் தீர்த்து, சுற்றுச்சூழல் பாதுகாப்புக்கு நாம் என்னென்ன செய்ய வேண்டுமென்பதை விளக்கமாகப் பேசிவிட்டு, அந்தச் சின்னஞ்சிறு கிராமத்திலிருந்து நகரம் நோக்கிக் கிளம்புகையில் என் மனசுக்குள் ரொம்ப சந்தோஷம்!'' எனக் குறிப்பிடுகிறார் ஸ்ரீமதி இந்திரா காந்தி கல்லூரி முதல்வர் முனைவர் கே.மீனா.

''அதன் ஒரு பகுதிதான் 'மகளிருக்கான திறன் வளர்க்கும் மையம்'.

திருச்சி மாவட்டத்தில் சேவை நிறுவனத்துடன் இணைந்து இரண்டு கிராமங்களில் அதன் மையங்கள் இயங்கி வருகின்றன. கடந்த சில மாதங்களாக நூற்றுக்கணக்கான பெண்கள் கைத்திறன் தொழில் உற்பத்தியாளர்களாக, அவற்றில் பயிற்சி பெற்று வருகின்றனர். அவர்கள் தயாரிக்கும் பொருட்களை, விற்பனை செய்து தருவதன் வாயிலாக தொழில் முனைவோராக தங்களை நிலை நிறுத்திக் கொள்ளும் சூழல் உருவாக்கித் தரப்பட உள்ளது.

''கிராமப்புற பெண்களுக்குத் தரப்படும் வாய்ப்புகள், வரங்களாக மாறுகின்றன. அவர்களது பொருளாதார மேம்பாட்டுக்கு, அந்த வாய்ப்புகள் உரங்களாகின்றன!'' என்கிறார் மீனா.

''**நா**ன் பிறந்ததும் ஒரு கிராமம். பின்னர் நான் வளர்ந்ததும் ஒரு கிராமம். அதனாலோ என்னவோ கிராமங்களுடனான பிணைப்பு எனக்கு அதிகமாகிவிட்டது. மேலும் கல்லூரியின் நாட்டு நலத்திட்ட மாணவிகள் கிராமங்களுக்குத் தொடர்ந்து, சென்று வரும்போது நானும் போய் வர வேண்டிய வாய்ப்புகள் அமைந்து போனதால், கிராமப்புற பெண்களின் பொருளாதார வளர்ச்சிக்கென சிறப்பு திட்டங்கள் அமைத்துச் செயல்படும் எண்ணங்கள் எனக்குள் எழுந்தன.

வசந்திக்கு, இருபத்து மூன்று வயது. இங்கு வேலைக்கு வந்து ஒன்பது ஆண்டுகள் ஆகின்றன. ''என்னோட அம்மா - அப்பாவுக்கு ரெண்டு பொண்ணுங்க. அக்கா, நானு. அப்பா விவசாயக் கூலி. ரெங்கனாதபுரம் அடுத்து இளங்காடு கிராமம். நானு எட்டாவது வரைக்கும் படிச்சிருந்தேன். என்னையும் என்னோட அக்காவையும் வய வேலைக்கு எதுக்கும் அனுப்பாம வீட்லயே வெச்சிருந்தாரு அப்பா. எனக்கு வீட்லயே முடங்கிக் கிடக்க



வரமாகின்றன!



கிராம மேம்பாடு

✱ கிராமவாசிகளுடன் டாக்டர் கே.மீனா

புடிக்கல. அப்பத்தான் பிரின்சிபால் மேடத்தைச் சந்திச்சேன்.

''அட்டெண்டரா இங்ஙன வேலை போட்டுத் தந்தாங்க. தங்குற எடம், சாப்பாடு எல்லாமே எங்களுக்கு இலவசம். அப்புறம் சம்பளம் தனி. மாதா மாதம் சம்பளத்துல கொஞ்சம் வீட்டுக்குத் தந்திட்டு, பேங்க்ல பணம் சேமிச்சேன். நாலு வருசம் முன்பு, என்னோட அக்காவுக்குக் கண்ணாலம். என்னோட சேமிப்புப் பணம் அதுக்கு ரொம்ப உதவியா இருந்துச்சு. இப்ப என்னோட கண்ணாலத்துக்கு பணம் சேர்த்துட்டு இருக்கேன்'' என்கிறார்.

வைரம், வயது எழுபது; ஸ்ரீமதி இந்திராகாந்தி கல்லூரியில், மெஸ்ஸில் உணவு பரிமாறுபவராகப் பணி புரிகிறார்.

''என்னோட வயசுக்கு எனக்கு யாராவது வேலை தருவாங்களா? மீனாம்மா தந்தாங்க. என்னோட சொந்த ஊரு, திருக்காட்டுப்பள்ளி பக்கத்துல ரெங்கனாதபுரம் கிராமம். மீனாம்மாவும் அங்கதான்





வளர்ந்தாங்க. என்னோட வீட்டாளு இறந்து பதினைஞ்சு வருசம் ஆவுது. ஒரு பொண்ணு, ஒரு பையன். ரெண்டு பேருக்கும் கண்ணாலமாயி பேரன் பேத்திங்கள்லாம் இருக்காங்க. எனக்கு வீட்ல சும்மா ஒக்காந்து சோறு திங்கப் புடிக்கலை. மீனாம்மாவோட உறவுக்காரங்க எங்க ஊர்ல இருக்காங்க. அவுங்களாண்ட சொல்லியிருந்தேன்.

''நா இந்த காலேஜுக்கு வந்து நாலு வருசம் ஆவுது. எனக்கு எந்தக் குறையுமில்ல'' எனக் கூறுகிறார் வைரம்.



"ஒரு கட்டத்துல பார்த்தீங்கன்னா, மேடம் வளர்ந்த கிராமத்துலேந்து முப்பதுக்கும் மேற்பட்ட பெண்கள் இங்ஙன வேலை பார்த்தாங்க. அதுல, பதினைஞ்சுக்கும் அதிகமான பெண்கள் கல்யாணம் ஆகி வெளியூர் போய்ட்டாங்க. அப்பல்லாம் எங்களுக்கு டவுன்ல இருக்கற மாதிரி தோணாது. ஏதோ எங்க கிராமத்துல இருக்கற உணர்வே ரொம்ப இருக்கும்.

''நான் இங்ஙன வந்து ஒன்பது வருசம் ஆவுது. ஃபோன் அட்டெண்டரா வேலை செய்றேன். டிப்ளோமா பாஸ் பண்ணியிருக்கேன். எனக்கு அம்மா - அப்பா இல்ல. என்னோட சின்ன வயசுலேயே அவுங்க ரெண்டு பேரும் இறந்துட்டாங்க.

''எங்க மாமா தான் என்னிய வளர்த்து படிக்க வெச்சு, கல்யாணம் செஞ்சு வெச்சாரு. எனக்குக் கல்யாணம் ஆகி ரெண்டு வருசம் ஆவுது. கிராமத்துலேந்து நான் இங்ஙன வேலைக்கு வராம போயிருந்தா, எனக்கு வெளி உலகமே என்னன்னு தெரிஞ்சுருக்காது!'' என்கிறார் இருபத்தெட்டு வயதாகும் சுதா.

கட்டுரை, படங்கள் : ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு

கிராமாயணம்!

வேதாரண்யம் வட்டம் புஷ்பவனம்தான் எங்க கிராமம். எனக்கு பதிமூணு வயசிருக்கும்போது மலேரியா நோய் வந்து நாலு பேர் இறந்துட்டாங்க. கிராமம் முழுக்க நோய் பரவியது. பதினாலு கிலோ மீட்டர் நடந்து மருத்துவமனைக்குப் போகணுமேன்னு ஊர்காரங்க தயங்கினாங்க. துணிஞ்சு நான் போய் மருந்து வாங்கி வரேன்னு மருத்துவமனைக்குப் போனேன். தகவல் சொன்னதும், 'நாங்க பின்னாடி வர்றோம். இதைக் கொடு'ன்னு நிறைய மாத்திரைகளைக் கொடுத்தாங்க. ஊருக்கு வந்து எல்லாருக்கும் மருந்து கொடுத்தேன். நோய் தீவிரம் குறைஞ்சது. மலேரியாவைப் போக்கிய மாவீரன்னு எல்லாரும் பாராட்டினாங்க. இன்னைக்கும் எனக்குத் தன்னம்பிக்கை குறையாம இருக்க காரணம் என்னை வளர்த்த கிராமம்தான்!



ஆல் இன் ஒன் சமையல்!

இம்முறை நாம் மைக்ரோவேவ் அவனில் கன்வெக்‌ஷன் மோட் + மைக்ரோ மோட் கலந்து உபயோகித்து "ஸ்பைஸி வெஜ் பிட்ஸா" செய்து கலக்குவோமா?

ஸ்பைஸி வெஜ் பிட்ஸா

தேவையான பொருள்கள் :

பிட்ஸா பேஸ் - 1
வெண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
பிட்ஸா சீஸ் / மொஸரல்லா சீஸ் - 3 டேபிள் ஸ்பூன்
வெங்காயம் - 1
தக்காளி - 1
குடைமிளகாய் (பச்சை, மஞ்சள்) -தலா 1
பனீர் - 100 கிராம்
பேபி கார்ன் - 4
கறுப்பு ஆலிவ்ஸ் - 8
ஓரிகானோ - 1 டீஸ்பூன்
வெள்ளை மிளகுத்தூள் - ½ டீஸ்பூன்
காய்ந்த மிளகாய் ஃபிளேக்ஸ் - 1 டீஸ்பூன்
பிட்ஸா தக்காளி ஸாஸ் - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
உப்பு - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : 1. நறுக்கிய காய்கள், பேபிகார்ன், சதுரங்களாக நறுக்கிய பனீர் இவற்றை ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் தண்ணீருடன், ஒரு மைக்ரோ - ப்ரூஃப் கண்ணாடிப் பாத்திரத்தில் போட்டு ஹை-பவரில் மைக்ரோ மோடில் ஐந்து நிமிடங்கள் வைக்கவும்.

2. மைக்ரோவேவ் அவனை கன்வெக்‌ஷன் மோடில் 180°C வெப்பத்தில் வைத்து முன்சூடு படுத்தவும். பிறகு ஒரு டேபிள் ஸ்பூன் வெண்ணெய் தடவிய பிட்ஸாவின் அடிப்பாகம் மொரமொரப்பாக வரும்வரை எட்டு நிமிடங்களுக்கு 180°C வெப்பத்தில் பேக் செய்யவும்.

3. பேக் ஆன பிட்ஸாவின் மேல் பாகத்தில், மீதியுள்ள வெண்ணெய், காய்கள், பேபிகார்ன், பனீர் துண்டுகள் எல்லா வற்றையும் பரப்பவும். ஓரிகானோ, காய்ந்த மிளகாய் பிளேக்ஸை இதன்



6 கீதா பாலகிருஷ்ணன்

மேல் தூவி கறுப்பு ஆலிவ்களைப் பரவலாக வைக்கவும். தக்காளி ஸாஸை ஊற்றி, துருவிய பிட்ஸா சீஸை இதன் மேல் பரப்பி, உப்பு, வெள்ளை மிளகுத்தூளை எல்லாவற்றின் மேலும் பரவலாகத் தூவவும்.

4. 180°C வெப்பத்தில் பதினைந்து நிமிடங்கள் பேக் செய்யவும்.

பின் குறிப்பு : அவரவர் மைக்ரோவேவ் அவன் செயல்பாட்டுக்கு ஏற்ப, பேக்கிங் நேரத்தைக் கூட்டியோ, குறைத்தோ அமைக்

'ஆல் இன் ஒன்' காம்பினேஷன் சமையல்

இம்முறை நாம் எலெக்ட்ரிக் குக்கர்+ கேஸ் ஸ்டவ் இரண்டையும் மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் செய்து ஸ்பெஷல் பிஸிபேளாபாத் செய்து, வீட்டிலுள்ள அனைவரையும் அசத்த மேலும் காம்பினேஷன் போடுவோமா?

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் ஸ்பெஷல் பிஸிபேளாபாத்

தேவையான பொருள்கள் :

சீரக சம்பா அரிசி - 1 கப்
புளி பேஸ்ட் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
துவரம் பருப்பு - 1/2 கப்
மஞ்சள் தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்
சீரகம் - 1 டீஸ்பூன்

காய்கள் :

பூசணி, முள்ளங்கி, கேரட், குடைமிளகாய், முருங்கைக்காய் (நறுக்கியது) - 1 கப்
தண்ணீர் - 6 கப்

வறுத்து அரைக்க :

எண்ணெய் - 6 டேபிள் ஸ்பூன்
தனியா - 2 டேபிள் ஸ்பூன்
கடலைப் பருப்பு - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
மிளகாய் வற்றல் - 6
வெங்காயம் - 2
பூண்டு - 4 பற்கள்
தக்காளி - 3
சாம்பார் பொடி - 1 டீஸ்பூன்
கொப்பரைத் தேங்காய் துருவல் - 4 டேபிள் ஸ்பூன்

தாளிக்க :

நெய் - 1 டேபிள் ஸ்பூன்
கடுகு - 1/2 டீஸ்பூன்
மிளகாய்வற்றல் - 2
பெருங்காயம் - 1 சிட்டிகை
கருவேப்பிலை - சிறிதளவு
உப்பு - 2 டீஸ்பூன்

செய்முறை : 1. சீரக சம்பா அரிசியைக் களைந்து 3 கப் நீரில் ஊற வைக்கவும்.

2. புளி பேஸ்ட்டை, ஒரு கப் நீரில் கரைத்து துவரம் பருப்பை அதில் போட்டு மஞ்சள் தூள், சீரகம் சேர்த்து எலெக்ட்ரிக் குக்கர் பாத்திரத்தில் எட்டு நிமிடங்கள் கொதிக்க வைக்கவும்.

3. சிறு துண்டுகளாக நறுக்கிய காய்களை, துவரம் பருப்பு கொதிக்கும் நீருடன் மேலும் இரண்டு கப் நீர் சேர்த்துக் கொதிக்க



வைக்கவும்.

4. ஒரு வாணலியில் எண்ணெய் (ஒரு டேபிள் ஸ்பூன்) ஊற்றி, தனியா, கடலைப் பருப்பு, மிளகாய் வற்றல் மூன்றையும் பொன்னிறமாக வறுத்து மிக்ஸியில் போடவும்.

கவும். பிட்ஸா பேஸ், பிட்ஸா தக்காளி ஸாஸ், கறுப்பு ஆலிவ், வெள்ளை மிளகுத் தூள் எல்லாமே சூப்பர் மார்க்கெட்டுகளில் ரெடியாகக் கிடைக்கும். காய்ந்த மிளகாய் பிளேக்ஸ் தயாரிக்க நீட்ட மிளகாய் வற்றலை, வெறும் வாணலியில் வறுத்து மிக்ஸியில் கரகரவெனப் பொடிக்கவும். வெளியே சாப்பிட மிகவும் காஸ்ட்லியான 'ஸ்பைஸி வெஜ் பிட்ஸா' சிக்கனத்துடன் வீட்டிலேயே மிகமிக சுலபமாக ரெடி!

5. மீதியுள்ள எண்ணெய் ஊற்றி, வறுத்து அரைக்கக் கொடுத்திருக்கும் பொருட்களை நன்கு வதக்கி, (கொப்பரைத் தேங்காய்த் துருவலைக் கடைசியாக ஒரு பிரட்டு பிரட்டி) மிக்ஸியில் போட்டு அரைக்கவும்.

6. களைந்த அரிசி, அரைத்த விழுது இரண்டையும் (பாதி வெந்திருக்கும்) துவரம் பருப்பு, காய்களுடன் மேலும் அரிசி ஊற வைத்திருக்கும் மூன்று கப் நீருடன் எலெக்ட்ரிக் குக்கர் பாத்திரத்தில் போட்டு, உப்பு சேர்த்து நன்கு கலந்து வைக்கவும்.

7. சுமார் 40 நிமிடங்களில் கீப் வார்ம் மோடிற்கு வந்தவுடன், கேஸ் அடுப்பில் ஒரு வாணலியில் நெய் ஊற்றி, கடுகு வெடிக்கவிட்டு மிளகாய் வற்றல், பெருங் காயம் தாளித்து, கருவேப்பிலை சேர்த்து வெந்த பிஸிபேளாபாத்தில் போடவும்.

குழையக் குழைய, கமகமவென்று, கடச்சுட (4 மணி நேரத்துக்கு மேலும் வார்ம்ஆக) கார்போஹைட்ரேட், புரதம், வைட்டமின், மினரல்ஸ், நார்ச்சத்து, மிதமான கொழுப்பு நிறைந்த போஷாக்கு மிக்க ஸ்பெஷல் பிஸிபேளாபாத் தயார்.



காம்பினேஷன் குறிப்புகள்

குட்டீஸ் க்விக் பிஸிபேளாபாத் : எல்லா காய்களும் சேர்க்க நேரமில்லையா? டோன்ட் வொர்ரி. வெங்காயம், பூண்டு, தக்காளி, உருளைக்கிழங்கு மட்டும் சேர்த்தால், உங்கள் வேலை க்விக்காக முடிவது மட்டுமல்ல, உங்கள் சுட்டீஸ் அதைவிட டபுள் க்விக்காக பிஸிபேளாபாத்தைக் கபளீகரம் செய்துவிடுவார்கள்.

டீன்ஏஜ் ஃபேவரிட் பிஸிபேளாபாத் : தாளிக்கையில் பட்டை, கிராம்பு, சோம்பு, மராட்டிமொக்கு சேர்த்து, கரம் மசாலா ஸ்பெஷல் டச் கொடுத்தால், டீன்ஏஜ் க்ரூப், ரியலி 'ஸ்பைஸி அண்ட் டேஸ்ட்டி பிஸி பேளாபாத்' என்று ஸ்டைலாக காம்ப்ளி மெண்ட் கொடுப்பார்கள்.

பெட்டர் ஹாஃப் டயட் பிஸிபேளாபாத்: அரிசிக்குப் பதில் சம்பா கோதுமை ரவை, துவரம் பருப்புக்குப் பதிலாக பாசிப் பருப்பு, நெய் சேர்க்காமல் ஆலிவ் ஆயில் சேர்த்து (3 1/2 கப் தண்ணீர் போதும்) செய்தால் காலை வாக்குவாத 'பிட்டர் ஹாஃப்', போய் என் 'பெட்டர் ஹாஃப் நீ' என்று உங்கள் ஸ்வீட் ஹார்ட் உருகுவது நிச்சயம்!

சீனியர் சிட்டிசன் பேஷ் பேஷ் பிஸிபேளாபாத் : தாளிக்கையில் சிறிது நல்லெண்ணெயில் சின்ன வெங்காயம், வெந்தயப் பொடி சேர்த்துத் தாளித்தால் பெரியவர்களிடமிருந்து சாம்பார் சாதம் + வற்றல் குழம்பு டேஸ்ட்டுடன் பிஸிபேளாபாத்தா? பேஷ்! பேஷ்!' என்று ஷொட்டு வாங்கலாம்!

(தொடர்ந்து கலக்குவோம்)





இயற்கையின்

கொய்யா விளைச்சல் பெருக

கொய்யா மரங்கள் புது துளிர் அடிச்சு, அதோட நுனியிலதான் கொத்தா பூ பூத்து, காய் காய்க்கும். மரங்கள் புதுத் துளிரடிக் காம, மலட்டு மரங்களாவே நிக்கிற காலத் துல, ஒரு செய்முறையைக் கடைப்புடிச்சா, நெறய புதுத்துளிர்களைப் பூக்க வைக்கலாம்.

அது என்ன?

மரத்தைச் சுத்தி நெலத்துல சிலபல முளைக்குச்சிகளை ஊணி, அதுல நுனிக் கிளைகளை இழுத்துவச்சு கட்டிவுடணும்.

அப்புறம் பாருங்க. என்ன நடக்கு துன்னு!



ரோஜாவில் மாவுப்பூச்சி

தோட்டத்துல வச்சிருக்குற ரோஜா செடியோட கிளைகள்ல, வெள்ளையா பஞ்சு மாதிரி ஒட்டிகிட்டிருக்கிறதைப் பார்த் திருப்பீங்க. அதுதாங்க மாவுப்பூச்சி. செடி யோட சாற்றை உறிஞ்சி, பூவே பூக்காதபடி செஞ்சுடும். இதைக்கட்டுப்படுத்த அதிக செலவு செஞ்சு விஷமான பூச்சி மருந்து களை வாங்கி அடிக்க வேண்டியதில்லீங்க. அதுக்கு சுலபமான வழி இருக்கு.

மண்ணைக்கிளறி வேப்பம்புண்ணாக்கு வைக்கலாம். அல்லது வேப்பங்கொட் டையை நல்லா பொடி செஞ்சு, தண்ணி யில ஊறவச்சு, வடிகட்டி, அதோட கொஞ் சம் சலவை சோப்பைக் கரைச்சுவிட்டு, செடிமேல தெளிக்கலாம். அல்லது மண் ணெண்ணெயை துணியில நனைச்சுகிட்டு, பூச்சிகளைத் துடைச்சி எடுத்துடலாம்.

செம்பருத்திச் செடிகள்லயும் மாவுப் பூச்சி தொந்தரவு இருந்தா, இதே செய் முறையைப் பின்பற்றலாம்.

சுலபந்தானே!

எலுமிச்சையில் அதிக லாபம்

எலுமிச்சை மரங்கள், பொதுவா கோடை காலத்துல கொறைச்சலாத்தான் காய்க்கும். ஆனா, அந்த நேரத்துலதான் சந்தையில எலுமிச்சம்பழங்களுக்கு அதிக தேவையும், நல்ல விலையும் இருக்கும். மரங்களைப் பராமரிக்குற முறையில ஒரு சின்ன மாற்றம் செஞ்சா, கோடை காலத்துலயும் அதிக காய்களைப் பெறமுடியும்.

டிசம்பர் - ஜனவரி மாதங்கள்ல, முப்பதுலேர்ந்து, நாப்பது நாட்களுக்கு மரங்களுக்குத் தண்ணி பாய்ச்சாம விட்டுடணும். அதுக்கப்புறம் நீர்ப்பாசனம் குடுத்தா, மரம் குப்புன்னு பூத்து, நெறய காய் கிடைக்கும்.

செஞ்சு பாருங்களேன்!!

உலர் மலர் வணிகம்

நம்ப நாட்டு உலர் மலர் அலங்காரத்துக்கு (Dry flower arrangement) வெளிநாடுகள்ல நல்ல வரவேற்பு இருக்குங்க. 'உலர் மலர்'னு சொன்னா, பூக்களோடுகூட, காய்ந்த இலைகள், கிளைகள், பட்டை, விதை - போன்ற பல தாவர பாகங்களையும் சேர்த்து, முறைப்படி காய வச்சு, பதப்படுத்தி வர்ணம் பூசி அலங்கரிக்கிறது.

தென்னம்பாளை, குரும்பை, இதையெல்லாம் வெச்சுகூட உங்க கற்பனை வளத்துக்குத் தக்கபடி விதவிதமான உலர் மலர் அலங்காரம் செய்யலாம். இதை நல்ல விலைக்கு வித்து, நல்ல லாபம் சம்பாதிக்கலாம்.

நீங்க ஏன் செய்யக்கூடாது?

காதலிகளே...

உயர்தொழில் நுட்ப வேளாண்மை



வேளாண்மையில, புதுமையா எதையாவது செஞ்சு லாபம் பார்க்கணும். சும்மா அரைச்ச மாவையே அரைக்கக் கூடாதுங்க.

இப்போ... கொறஞ்ச சாகுபடி பரப்புல அதிகமான காய்கறிகளை உற்பத்தி செய்ய, பாலித்தின் குடில் (Poly house) சாகுபடி முறை வந்திருக்கு.

அந்தக் குடிலுக்குள் சூரிய வெப்பம், காற்றின் ஈரப்பதம் போன்ற தட்ப வெப்ப சூழ்நிலைகள் கட்டுப்படுத்தப்பட்டு, பயிர் சாகுபடி செய்றதுனால கொறஞ்ச நாட்கள்ல, விளைச்சல் பலமடங்கு அதிகமாகுது. அருகிலுள்ள வேளாண்மை ஆராய்ச்சி நிலையங்கள்ல ஆலோசனை கேட்டு, பாலித்தின் குடில் அமைக்கிற முறையைப் பத்தி தெரிஞ்சுக்கலாம்.

உங்க வாழ்க்கைத்தரம் உயரணும்னா, மற்றவங்களைவிட ஓர் எட்டு, முன்னால வச்சு நடக்கப்பழகணுங்க.



✱ வான்மதி கண்ணன்
(விவசாய ஆலோசகர் - 'மக்கள் டீவி.')



விதை உற்பத்தித் தொழில்

நல்லவிதை இருந்தால்தான் நல்ல விளைச்சல் கிடைக்கும். இன்னிக்கு தரமான காய்கறி விதைகளும், பசுந்தாள் உரவிதைகளும் கிடைக்கிறது அரிதா இருக்கு. ஆனா, இந்த விதைகளுக்கு மிகப் பெரிய தேவையும் இருந்துகிட்டிருக்கு.

வேளாண்மை ஆராய்ச்சி நிலையங்களி லிருந்தும் தனியார் விதை நிறுவனங்களி லிருந்தும் வெளியிடப்படற தாய் வித்துக் களை வாங்கி, உங்க தோட்டத்துல பயி ரிட்டு, தனி கவனம் செலுத்தி விதைப் பெருக்கம் செய்து விற்பனை செய்யலாம்.

தக்கைப்பூண்டு, மணிலா அகத்தி, சணப்பு, கொளுஞ்சி போன்ற பசுந்தாள் உரப்பயிர்களை விதைக்காகவே சாகுபடி செய்து விற்பனை செஞ்சா நல்லா லாபம் கிடைக்கும்.

யோசனை பண்ணுங்க!

தேனீ வளர்ப்பு

கூட்டுக் குடும்ப வாழ்க்கைக்கு உதார ணமா தேன் கூட்டைச் சொல்லலாம். ஒவ் வொரு தேன் கூட்டுலயும் ஒரே ஒரு ராணி தேனீ, சில நூறு ஆண் தேனீக்கள் இருக் கும். தோட்டத்துல சில தேனீ பெட்டிகளை வெச்சு பராமரிச்சா, செலவே இல்லாம, தேன் மூலமா நமக்கு ஒரு உபரி வருமானம் கிடைக்கும்.

தேனீக்கள் செய்யுற மகரந்தச் சேர்க்கை யினால சுத்திலும் இருக்குற பலன் தரும் செடி கொடிகளோட விளைச்சல் கூடும். அதுவும் ஒரு கூடுதல் வருவாய்.

என்ன கஷ்டம்? உடனே செய்யுங்க!

ஏழைகளின் பசு - வெள்ளாடு

வெள்ளாட்டுப்பால் பல மருத்துவ குணங்கள் கொண்டது. ஆனா, பலரும் இதை விருப்பமா சாப்புடறதில்லிங்க. கார ணம் - வெள்ளாட்டுப்பால்ல அடிக்குற ஒருவிதமான மொச்சை வாசனை. பெட்டை ஆடுகளைத் தனியாகவும், கிடா ஆட்டைத் தனியாகவும் பிரிச்சு வளர்த்தா, பால்ல அறவே மொச்சை வாசனை வராதுங்க.

குழந்தைகளுக்குப் புரதம் நிறைஞ்ச

கிராமமணம்!

கேரளாவில் உள்ள திருச்சூர்தான் எங்க சொந்த ஊர். குடும்பச் சூழ்நிலை காரணமா, பழனியில குடியேறினோம். எங்க அப்பா ராமச்சந்திரனுக்கு, பழனிமலை முருகன் தேவஸ் தானத்துல வேலை என்பதால், நான் எப்பவும் அங்கேயே சுத்திக்கிட்டிருப்பேன். பழனிமலையில் உள்ள வையாபுரி குளத்துல நீச்சல் அடிக்கிறதுதான் என்னோட பொழுதுபோக்கு! இடும்பன் குளத்துல தாமரைப்பூக்களைப் பறிச்சு பூஜைக்குக் கொடுப்பேன். படிப்படியா தாவித் தாவி ஓடுவேன். இன்னிக்கு இந்த அளவுக்கு உசந்துருக்கேன்னா அதுக்கு பழனி முருகன் அருளும் ஒரு காரணம்!



* கே.ஆர்.விஜயா



கிராமாயணம்!



மதுரையில் இருக்கிற கள்ளந்தரி தான் எங்க கிராமம். தினக்கூலி வேலை செய்து அதில் வர்ற வருமானத்துலதான் எங்க குடும்பமே நடத்தணும். அவ்வளவு வறுமை. எனக்கு அம்மா இல்லாததால அப்பாதான் வளர்த்தாரு. 'சம்பாதிக்கிறது வயித்துக்கே போதல; இதுல எப்படி பள்ளிக்கூடம் போவே?''ன்னு என்னை பள்ளிக் கூடத்துக்கு அனுப்பல.

படிப்புங்கிறது எனக்கு கனவாவே போச்சு. ரொம்ப நாள் வரைக்கும் அந்த வடு என் மனசுக்குள்ளேயே இருந்துச்சு. என் கிராம சூழ்நிலை மனசில பதிஞ்சதால தான் கிராம மேம்பாட்டுப் பணிகள்ல எனக்கு ஆர்வம் வந்துச்சுன்னு நினைக்கிறேன்.



❀ சின்னபுள்ள

வெள்ளாட்டுப்பாலைக் குடுத்து வளர்த்தீங்கன்னா அவங்களோட மூளை வளர்ச்சி சிறப்பா அமையுங்க.

ஞாபகம் வச்சிக்குங்க!

பிறந்த கன்றை கவனியுங்கள்

கன்னுக்குட்டி பிறந்து விழுந்ததும் கால் குளம்பு நீளமா வளர்ந்திருக்கும். எழுந்திரிச்சு நிக்க ரொம்ப கஷ்டப்படும். அதனால குளம்பைக் கிள்ளி எடுத்துடணும். அப்புறம் மூக்குல இருக்குற சளியைத் துடைச்சிவிடணும். அப்ப தான் அதனால சரியானபடி மூச்சு விட முடியும்.

தொப்புள் கொடியை புது பிளேடைக் கொண்டு வெட்டிவிட்டு, அந்த இடத்துல மறக்காம டிங்ச்சர் அயோடின் தடவி விடுங்க. அப்பதான் அந்த இடத்துல கிருமித் தொற்று உண்டாகி சீழ் பிடிக்காம இருக்கும்.

சீம்பாலின் மகத்துவம்

சீம்பால், பொறந்த கன்னுக்குட்டிக்காகவே ஆண்டவன் படைச்சது. அதைக் கறந்து நீங்க கோவா கிண்டி சாப்புடறது அந்தக் கன்னுக்குட்டிக்கு செய்யிற துரோகம். எல்லா சீம்பாலையும் கன்னுக்குட்டிக்கே ஊட்டும் படி விட்டுடுங்க. அதுக்கு நோய் எதிர்ப்பு சக்தியைத் தரக் கூடிய அருமருந்து சீம்பால் தான். இதை நல்லா புரிஞ்சுக்குங்கம்மா..

எருமையின் சினைப்பருவ அறிகுறி

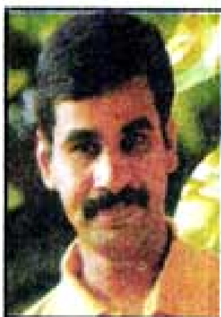
எருமை மாடு ஏன் ராத்திரியில கட்டுத் தறியிலேர்ந்து அறுத்துகிட்டு ஓடுது?

பெரும்பாலும் குளிர்ச்சியான இரவு நேரத்துலதான் எருமைமாடு சினைப் பருவத்துக்கு வரும். கீழ் பற்களைக் காட்டி கத்திகிட்டிருக்கும். சொட்டுச் சொட்டா அடிக்கடி சிறுநீர் கழிக்கும்.

இதையெல்லாம் கவனிச்சுப் பார்த்து, விடிஞ்ச உடனே அதைக் கருவூட்டல் செய்ய ஓட்டிகிட்டுப்போங்க!

அறுத்துகிட்டா ஓடுனேன்னு அதைச் செமத்தியா அடிக்காதீங்க.

* வெ-இறையன்பு



நகரத்து தீம் பார்க்குகளும், நாகரிக மால்களும் போரடித்துப் போகும்போது, குடும்பத்துடன் எங்கேயாவது வித்தியாசமாகப் போய்விட்டு வரத் தோணுமில்லையா?

தூசும் இரைச்சலும் சூழ்ந்த போக்குவரத்து நெரிசலிலிருந்து தப்பித்து, பயிர் வாசம் சுமந்த காற்றை சுவாசித்தபடி, பசும்புல் வரப்புகளில் கால் பதித்து நடக்க யாருக்குத்தான் பிடிக்காது?

வரட் வரட் பிட்ஸா, உப்பு சப்பில்லாத நூடுல்ஸுக்கு டாடா சொல்லிவிட்டு, பதநீர், கம்பங்கூழ், பனம்பழம், குச்சிக் கிழங்கு என்று சாப்பிட்டால்... ஆஹா அதுவும் ஒரு தனி சுவைதான்.

பத்தடிக்குப் பத்தடி ஏ.ஸி. அறையில் மூச்சு முட்டியது போதும். சலசலக்கும் அரசமரத்தடியில், கயிற்றுக்கட்டிலில் படுத்தபடி, வானத்து நட்சத்திரங்களைப் பார்த்தபடியே... தூங்கிப் போவது... ஆஹா... என்ன சுகம்!

''உண்மைதான்! ஏதாவது கிராமப் புறமாகப் பார்த்து, இரண்டு நாள் டூர் அடித்து வரணும்னுதான் ஆசைப்படறோம். ஆனால் இயற்கை அழகும், இனிய விருந்தோம்பலும் கொண்ட கிராமங்களை எங்கே போய் தேடறது?'' என்று கேட்பவர்களுக்கு...

''நாங்க இருக்கோமே!'' என்கிறது தமிழ்நாடு சுற்றுலா துறை.

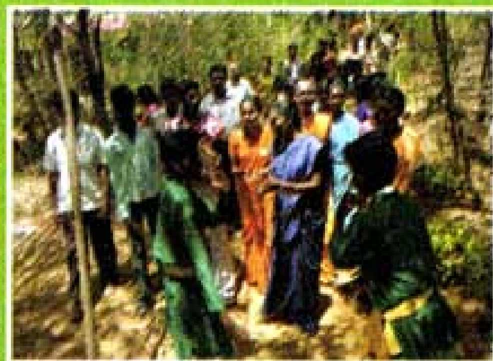
''தமிழ்நாட்டுல இருக்குற ஒவ்வொரு கிராமத்துக்கும் ஒவ்வொருவிதமான சிறப்பு இருக்கு. அவங்களோட பேச்சு, உணவு. உடை, கலை, வழிபாடு, பழக்க வழக்கம் எல்லாமே ரொம்ப தனித்துவமா இருக்கிறதனால, சுற்றுலா பயணிகளுக்கு மாறுபட்ட குதூகல அனுபவமா இருக்கும்.



கலக்குது பாருங்க

கிராமத்துச் சுற்றுலா!







● புதிய அனுபவம்

குறிப்பா, கலாசார நலமும், இயற்கை வளமும் பின்னிப் பிணைந்த இந்த கிராமியச் சுற்றுலாவை, அயல்நாட்டினர் ரொம்பவே விரும்புகின்றனர்.



கிராமியச் சிறப்பிதழ்

''அவர்களுடைய தேவைக்கு ஏற்ப, எல்லா ஏற்பாடுகளையும் செய்து தருகிறோம். எண்ணெய்க் குளியல், மாட்டு வண்டிப் பயணங்கள், தாயம், பல்லாங்குழி ஆட்டம், மண்பானை சமையல், கிளி ஜோதிடம் என பலவிதமான வசிகரங்கள் இருக்கும். மந்தை வெளி, கழனி, மாந்தோப்பு என சின்ன உலா ஒன்று ஏற்பாடு செய்யலாம். நீச்சல், குதிரைசவாரி, சைக்கிளிங் வசதிகள் இருக்கும். சிலம்பாட்டம், கபடி போன்ற விளையாட்டுகளை கண்டு ரசிக்கலாம். இரவு நேரத்தில் கூத்து பொம்மலாட்



❋ சுரேஷ்குமார்



டம் போன்ற கிராமிய நிகழ்ச்சிகளை கண்டு களிக்கலாம்.

''இதில் இன்னொரு விசேஷம் என்னவென்றால், மகளிர் சுயஉதவிக் குழுவினர், கிராமியக் கலைஞர்கள், உள்ளூர் இளைஞர்கள் அனைவரும் இந்த சுற்றுலா விருந்தோம்பல் பணிகளில் பங்கு பெறுவார்கள் என்பதால் நூற்றுக்கும் மேற்பட்ட கிராம மக்கள் வேலை வாய்ப்புகள் பெற்றுப் பயனடைவார்கள்.

''இப்போதைக்கு, ஒரு சில கிராமங்களை அடையாளம் கண்டு, 'ரூரல் டூரிஸம்' என்ற விஷயத்தை உருவாக்கிக் கொண்டிருக்கிறோம். இன்னும் நிறைய சாதிக்கவிருக்கிறோம்!'' என்கிறார் தமிழக சுற்றுலா மற்றும் கலை துறையின் செயலர் டாக்டர் வெ.இறையன்பு ஐ.ஏ.எஸ்.

''தமிழ்நாடு சுற்றுலா துறையைப் பொருத்தவரை, டூரிஸ்ட்டுகளின் விருப்பப்படி, எந்தவிதமான கேளிக்கைகளை எதிர்பார்க்கின்றனரோ, அதன்படி, சுற்றுலா ஏற்பாட்டை செய்து தர தயாராக இருக்கிறோம். என்றாலும், தற்போது காடம்பாடி, தண்டரை, செட்டிநாடு, தேவிப்பட்டணம், கழுகுமலை, தீர்த்தமாலை திருக்குடுங்குடி, தாடியான்குடிசை, திருவிடைமருதூர் போன்ற பல இடங்களில் கிராமியச் சுற்றுலா வசீகரமாகச் செயல்படுகிறது.''

கிராமியச் சுற்றுலா போன நமது வாசகர்களின் உற்சாக காமெண்ட்டுகள்!

இவ்வளவு சீப் அண்ட் பெஸ்டா, வித்யாசமா ஒரு சுற்றுலா இருக்கும்னு நினைக்கவே இல்ல.



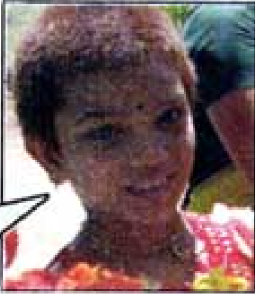
* குணசேகரன்

சூப்பரா இருந்தது! நல்லா விளம்பரம் செஞ்சு இன்னும் வெளில கொண்டு வரணும்!



* உமா மகேஸ்வரி

இன்னும் நிறைய நேரம் இருந்திருக்கலாம்!



* ஸ்ரீகிருத்திகா

ரொம்ப ஜாலியா இருந்தது!



* நித்யஸ்ரீ

என் குழந்தைகள் ரொம்பவே என்ஜாய் செஞ்சாங்க! அடுத்த வீக்-என்ட்டுக்கு மறுபடி வரப்போறோம்!



* சிந்து

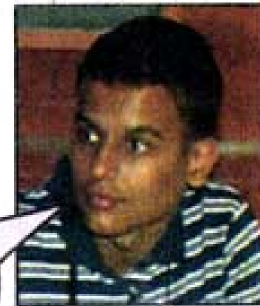
சில ஆன்ட்டி அங்கிள்ஸ் மேளம் கொட்டி, டான்ஸ் ஆடினாங்க. அது ரொம்பப் பிடிச்சுருந்தது!


ஸ்வேதா


ஜெ.பத்மநாபன்

எப்பவும் பேங்க், வேலைனு மண்டைக் காய்ஞ்சு போயிருந்த எனக்கு ஒரு குதூகலமான அவுட் லெட்!

"இந்த அப்ரோச் எனக்கு ரொம்பப் பிடிச்சுருக்கு!"


பி.நிஷாந்தின் வடிவேலு பாணி கமெண்ட்

என்கிறார் தமிழ்நாடு சுற்றுலா வளர்ச்சிக் கழகத்தின் பொது மேலாளர் எஸ்.சுரேஷ்குமார்.

மங்கையர்மலர் வாசகர்கள் கொண்ட ஒரு குழுவை, செங்கல்பட்டு அருகே, திருக்கழுக்குன்றத்துக்குப் பக்கத்தில் உள்ள தண்டரை மூலிகை கிராமத்துக்கும், காடம்பாடி கடற்புற கிராமத்துக்கும் அன்புடன் அழைத்துச் சென்றார் இவர்.

பச்சை நிற வயல்கள், பனைமரங்கள், முனீஸ்வரர் கோயில், என அசல் கிராமியத்தனமாக இருந்த காடம்பாடியின் சிறப்பம்சங்கள் இரண்டு. ஆயுர்வேத மசாஜ் மற்றும் படகுப் பயணம்.

இருளர் பழங்குடி பெண்கள் நல அமைப்பினரால் மிக அழகாகப் பராமரிக்கப்படும் தண்டரை மூலிகைப் பண்ணை டூரிஸ்ட்டுகளை நிச்சயம் கவர்ந்திழுக்கும். இருளர் மருத்துவர்கள் நாடி பிடித்துப் பார்த்து வைத்தியம் செய்வதும், முறைப்படி மசாஜ் தருவதும் வித்தியாசமான அனுபவங்களாக இருந்தன.

செம்பருத்தி தேநீர் கொடுத்து, அன்புடன் வழியனுப்பி வைத்த இருளர் இன மக்களைப் பிரியவே மனம் வரவில்லை. ஏதோ பாட்டியின் கிராமத்துக்குப் போய் விட்டுத் திரும்பும்போது, ஏற்படும் ஆனந்தமும் திருப்தியும் மனதில்!

- மங்களேஸ்வரி

படங்கள் : ஸ்ரீஹரி





ஆர்த்தி, அருகில் வந்ததும் மனோகர் புல்வெளியிலிருந்து எழுந்து அருகிலிருந்த சிமெண்ட் பெஞ்சில் அமர்ந்தான். அவள் வந்து அவனருகில் அமர்ந்தாள்.

''என்ன மாமா, என்ன முடிவு செஞ்சிங்க? அந்தக் குணசேகரைக் கொலை செஞ் சிட்டு ஜெயிலுக்குப் போகப் போறீங்களா? எப்படிக் கொலை பண்றதுன்னு திட்டம் போட்டாச்சா?''

''ஆர்த்தி, நானே நொந்து போயிருக்கேன். உன் வார்த்தைக்குக் கட்டுப்பட்டு உங்கக்காகிட்ட பேசாம இருக்கேன்.

அர்ச்சனா எனக்குக் கிடைச்ச பொக்கிஷம்! அதை ஒரு தடவை தொலைச்சிட்டேன். இனிமே அந்த முட்டாள்தனத்தைச் செய்யமாட்டேன். சொல்லு, அவ எங்க இருக்கா?''

''சொல்றேன் மாமா. அதுக்கு முன்னாடி அவளோட இப்போதைய மனநிலை என்னன்னு நீங்க தெரிஞ்சிக்கணும். அவ ஒரு ஹாஸ்டல்ல தங்கியிருக்கா. எக்ஸ்போர்ட் கம்பெனில ஹெல்ப்பர் வேலையில் சேரப் போறா. என்னை இப்படியே விட்டுடுன்னு சொல்றா. அவ என்கிட்ட கேட்ட ஒரே உதவி என்ன தெரியுமா? அவளுக்கு நான் டைவோர்ஸ் வாங்கித் தரணுமாம்.''



தொடர் கதை 14

பூ பூக்கும் ஓசை!

''இல்ல... பொய்! எனக்கு உறைக்கணும்னு கற்பனையா சொல்றே. அவ என்மேல கோபமா இருக்கா. அதுக்காக என்னை விட்டுப் பிரிஞ்சிட நினைக்கிறான்னு நீ சொல்றது அதிகம். அவளால அது முடியாது. எங்க ரெண்டு பேர் காதல்ல, அவ என் மேல வெச்சிருந்த காதல்தான் அதிகம்.''

''நம்பிக்கை உடையறப்ப காதலும் சேர்ந்து உடைஞ்சிடும் மாமா. அவ அப்படி சொல்றான்னா.. அந்த அளவுக்கு காயப் பட்டிருக்கா உங்க வார்த்தைகளால! உங்க செய்கைகளால! அதை ஏன் உணர மாட்டேங்கறேங்க? குடும்பத்துல என்ன பிரச்னை நடந்தாலும் ஒரு பொண்டாட்டி பொறுமையாவே போகணுமா? எதுக்கும் எல்லையில்லையா?''

''நான் பேசுனது, நடந்துகிட்டது எல்லாமே தப்புதான். இப்ப அதை நான் உணர்ந்துட்டேன் ஆர்த்தி. ஓர் எதிரியாலயே என்னை மன்னிக்க முடியுதுன்னா.. என் அர்ச்சனாவால, என்னை மன்னிக்க முடியாதா?''

''முடியும். என் அக்காவைப் பத்தி எனக்கு நல்லாத் தெரியும். தான் விரும்பற ஒருத்தர் ஓர் அடி விலகிப் போனா... இவ பத்தடி விலகிப் போயிடுவா. அவங்க ஓர் அடி இவளை நோக்கித் திரும்பினா.. பத்தடி அவங்களை நோக்கி வந்துடுவா. ரொம்ப மெல்லிசான மனசு மாமா.

எந்த வேகத்துல உணர்ச்சிவசப்படறாளோ.. அதே வேகத்துல உண்மையும் புரிஞ்சுக்குவா. நான் அவளுக்குப் புரிய வைக்கிறேன். ஆனா.. முதல்ல எனக்கு நீங்க ஓர் உத்தரவாதம்தரணும் மாமா.''

''என்ன சொல்லு?''

''பழி வாங்கற உணர்வையெல்லாம் மூட்டை கட்டி வெச்சிட்டு.. ஒரு புது மனுஷனா... எங்கக்காவைக் காதலிச்சப்ப இருந்த அதே உற்சாக மனுஷனா மறுபடியும் மாறணும். உங்க திறமையையும், புத்திசாலித்தனத்தையும் யாரும் எப்பவும் பறிச்சிட முடியாது மாமா. ஏதாச்சும் ஒரு வகையில் உங்களால முன்னேறிட முடியும்.''

''ஆர்த்தி உன்னைப் பார்த்தா ரொம்ப பெருமையா இருக்கு. எவ்வளவு பக்குவமா பேசறே? எந்த உறவுகளும் வேணாம்னு நாங்க எல்லாரையும் உதறிட்டுத் தனியா புறப்பட்டோம். அந்த உறவுதான் இப்ப நாங்க வாழணும்னு போராடுது...



உன் அப்பா, அம்மாவுக்கு உள்ள அதே கோபம் உனக்கும் இருக்க நியாயமிருக்கு. அப்படி ஒரு கோபத்துல நீ இருந்திருந்தா.. என்னை வெளில எடுக்க ஸ்டேஷனுக்கு வந்திருக்க மாட்டே. இந்நேரம் அந்த இன்ஸ்பெக்டர் ஏதாச்சும் ஒரு செக்ஷன்ல என்னை உள்ள தள்ளிருப்பார். உனக்கு எப்படி தேங்ஸ் சொல்றதுன்னு தெரியலை.''

''இருங்க மாமா. இன்னும் என் வேலை முடியலை. இப்ப இருக்கற உங்க மனநிலையை அக்காகிட்ட

பட்டுக்கோட்டை பிரபாகர்

எடுத்துச் சொல்லி அவளைச் சமாதானப் படுத்தணும். அவ உங்களை மறுபடி ஏத்துக்கணும். அதுக்கப்புறம் மொத்தமா நன்றி சொல்லுங்க'' என்று எழுந்தாள் ஆர்த்தி.

நான்கு மாத்திரைகளையும் கிழித் தெடுத்து அப்பாவின் உள்ளங்கையில் வைத்துவிட்டு, தண்ணீரைக் கொடுத்தாள் ஆர்த்தி.

அப்பா, மாத்திரை விழுங்கி முடித்த தும்.. அருகில் ஸ்டூலை இழுத்துப் போட் டுக்கொண்டு அமர்ந்தாள்.

உள்ளிருந்து வந்த அம்மா, ''ஆர்த்தி, இன்னிலேருந்து காலேஜுக்குப் போகப் போறதா சொன்னியே, புறப்படலையா?'' என்றாள்.

''இல்லம்மா. இன்னும் ரெண்டு நாள் கழிச்சுப் போறேன்.''

''ஏம்மா?'' என்று வாஞ்சையோடு அவள் தலையைத் தடவினார் அப்பா. ''இப்ப எனக்கு ஒண்ணும் இல்லம்மா. நல்லாருக்கேன். அம்மா இருக்கா. நீ போய்ட்டு வா. பாவம்.. ஏற்கெனவே நிறைய நாள் லீவு போட்டுட்டே'' என்றார் அப்பா.

''பரவால்லப்பா. உங்களுக்காக இத் தனை நாள் லீவு போட்ருந்தேன். இப்ப அக்காவுக்காக இன்னும் ரெண்டு நாள் லீவு போட்டா தப்பில்லைப்பா.''

அம்மா அருகில் வந்தாள், ''ஏய்... அக்காவைப் பத்தி பேசுனாலே அப்பாவுக் குப் பிடிக்காதுன்னு தெரியுமில்ல. இப்ப எதுக்கு அவ பேச்சை எடுக்கறே?''

''இல்லம்மா. நான் பேசியாகணும். அப்பா, என்னை மன்னிச்சுடுங்க. நான் ஏதாச்சும் அதிகப் பிரசங்கித்தனமா பேசற மாதிரிகூடத் தெரியலாம். ஆனா நான் பேசியே ஆகணும். அப்பா, இந்த ஆபரேஷன்ல நிறைய ரிஸ்க் இருந்திச்சு. அது உங்களுக்கே தெரியும். அதனாலதான் என்னைக் கூப்பிட்டு உக்காரவெச்சு வீட் டுப்பத்திரம் எங்க இருக்கு, எல்.ஐ.சி பாலிசி எங்க வெச்சுருக்கேன்னெல்லாம் சொன்னீங்க. நெருப்புன்னா வாய் வெந் துடாது. ஆபரேஷனப்போ ஏதாச்சும் ஆயிருந்தா, நீங்க இந்த நிமிஷம் இல்லை. இது உங்களுக்கு மறுபிறவிப்பா. உங்க மனசாட்சியைத் தொட்டுச் சொல்லுங்க.

''ஆபரேஷன் தியேட்டர்ல ஆபரேஷன் நடக்கப்போற நேரத்துல உங்க மனசுல பலவிதமான சிந்தனைகள் வந்திருக்கும். அதுல உங்க பேத்தியைப் பாக்கவே இல்லையேங்கற ஓர் ஏக்கமும் இருந்திச்சா இல்லையா? மறைக்காம சொல்லுங்கப்பா. அப்படி ஒரு நினைப்பு வந்திச்சா இல் லையா?''

''ஏய்.. என்னடி அப்பாகிட்ட இப்படில் லாம்...'' என்று அதட்டிய அம்மாவைக் கையமர்த்தினார் அப்பா அவ பேசட்டும்.''

''என்னதான் கோபம் இருந்தாலும்.. அடி மனசுல உங்களுக்கு அக்கா மேலயோ இல்ல அக்கா பெத்த உங்க பேத்தி மேலயோ பாசமே இல்லாம இருக்கா துப்பா. அந்தப் பாசம் அந்தச் சமயத்துல கண்டிப்பா விஸ்வரூபம் எடுத்திருக் கும்ப்பா.

நம்ம உடம்புக்கு சட்டை போட்டு மறைக்கிற மாதிரி நம்ம மனசுல இருக்கற

ஆப்பம் செய்வதற்கு ஒரு கப் புழுங்கலரிசியுடன், ஒண்ணேமுக்கால் கப் பச்சரிசி, ஒரு கைப்பிடி உளுந்து, ஒரு டீஸ்பூன் வெந்தயம், இரண்டு கைப்பிடி அவல் சேர்த்து ஊற வைத்து, அரைக்கவும் மறுநாள் இரண்டு சிட்டிகை ஆப்பசோடா கலந்து ஆப்பம் செய்தால், பட்டுப் பட்டாக இருக்கும்.

- பத்மினிசேகர், பெங்களூரு.



நிஜமான உணர்வுகளுக்கும், தன்மானம், கோபம், வீம்புன்னு டிசைன் டிசைனா சட்டை போட்டு மறைச்சு வெச்சிருக்கோம். உண்டா, இல்லையா? சொல்லுங்க.''

அப்பா, சில விநாடிகள் அமைதியாக இருந்தார். பிறகு நிமிர்ந்து அவளைப் பார்த்தபோது அவரின் விழிகள் துளிர்த்திருந்தன!

''நீ சொன்ன ஒவ்வொரு வார்த்தையும் சத்தியம். நான் பெத்த பொண்ணு நீ. உங்கிட்ட உண்மை பேசறதுக்கு நான் வெக்கப்பட வேண்டியதில்லைம்மா.

''நீ சொன்ன எல்லா நினைப்பும் வந்திச்சு. அக்காவையும், மாப்பிள்ளையையும், பேத்தியையும் தள்ளி வெச்சது அதிகப்படியான கோபமோன்னு தோணிச்சு. அவங்களையெல்லாம் ஒரு தடவை பாக்கணும்னு மனசு ஏங்குச்சி. ஆபரேஷன் முடிஞ்சி எல்லாம் சரியானதும் நீ சொன்னியே அதே மாதிரி மனசு கோபங்கற சட்டைய மறுபடி எடுத்துப் போட்டுக்கிச்சி.

''இதையெல்லாம் ஜெயிக்கிறதுக்கு நாம ஞானிகள் இல்லையேம்மா. சாதாரண மனுஷங்கதானே? வெளிப்படையாவே சொல்றேன். இப்ப எல்லாத்தையும் மன்னிக்கத் தயாரா இருக்கு என் மனசு.''

மகிழ்ச்சியில் கண்கள் கலங்க அப்பாவின் கைகளைப் பிடித்துக் கொண்ட ஆர்த்தி, ''ரொம்ப சந்தோஷமா இருக்குப்பா. அக்கா, மாமா ரெண்டு பேரும் இப்பரொம்ப நொந்து போயிருக்காங்கப்பா. இப்ப அவங்களுக்கு உறவுகளோட பாசமும், சப்போர்ட்டும் தேவைப்பா.

''நீங்க இப்பவும் வீம்பாவே பேசிடுவீங்களோன்னு நினைச்சேன். உங்களைப் பார்க்க முடியாம அக்கா எவ்வளவு பரிதவிச்சிப் போனாத் தெரியுமா? நான் அவங்களைக் கூட்டிட்டு வர்றேன்ப்பா. உங்க ஆசீர்வாதம் அவங்களுக்கு முதல்ல வேணும்'' என்று கண்களைத் துடைத்துக் கொண்டு எழுந்தாள் ஆர்த்தி.

ப்ரீதியைத் தூக்கி அவள் கன்னத்தில் முத்தமிட்டான் மனோகர். கைகளைக் கட்டிக்கொண்டு வேறு திசையில் பார்த்துக் கொண்டு நின்றாள் அர்ச்சனா.

''அக்கா, போதும் உன் வீம்பு நாடகம். அவரு நிபந்தனையற்ற மன்னிப்புன்னு இறங்கி வந்துட்டாருல்ல? நீ உச்சாணிக் கொம்புலயே உக்காந்திருந்தா எப்படி?''

''பண்றதெல்லாம் பண்ணிட்டுக் கடைசில வந்து மன்னிப்பு கேட்டா எப்படி மன்னிக்கிறதாம்?''

''அக்கா, மாமா நேத்து பளிச்சுன்னு ஒரு வார்த்தை சொன்னாரு. எதிரியா இருந்த குணசேகராலேயே என்னை மன்னிக்க முடிஞ்சப்போ.. அர்ச்சனாவால மன்னிக்க முடியாதா என்னன்னு கேட்டாரு.''

''பேச்செல்லாம் வெல்லக் கட்டியாதான் இருக்கும். மறுபடியும் பழையபடி ஆரம்பிக்க மாட்டாருன்னு என்ன உத்தரவாதம்?''

''என்னக்கா இது? அவரு என்ன சொன்னா நீ நம்புவே? இல்ல என்ன செஞ்சா நம்புவே?''

''எதுவும் செய்ய வேணாம். எங்கிட்ட

நூறு சதவிகிதம் உண்மை பேசச் சொல்லு. முடியுமா அவரால? முதல்ல குணசேகர் செட்டில்மெண்ட்டா குடுத்த பத்து லட்சம் ரூபாய் எங்கே. அதை என்ன செஞ் சாருன்னு கேளு?''

''ஆர்த்தி, அவளுக்கு ஷேர் மார்க் கெட்ன்னாலே வெறுப்பு. நான் சீக்கிரம் பணத்தைப் பல மடங்காக்கணும்னு ஷேர் மார்க்கெட்ல இன்வெஸ்ட் செஞ்சேன்.

''என் நேரம்... எல்லா ஷேரும் புட் டுக்கிச்சு. பத்து லட்சம் போட்டது ரெண்டு லட்சமாயிடுச்சு. அதான் சொல்லாம மறைச்சிட்டேன். இப்ப மறுபடி கொஞ்சம் ஏறி... ஆறு லட்சம் மதிப்புக்கு வந்திருக்கு. எல்லாத்தையும் வித்து பணத்தை பேங்க்ல போட்டுட்டேன்.

''இந்த ஆறு லட்சத்தை முதலீடா வெச்சிக்கிட்டு சின்னதா தொழில் துவங்கப் போறேன். மறுபடி ஜெயிப்பேன்ற நம் பிக்கை வந்திருக்கு. இந்த நேரத்துல முறுக்கிக்கிட்டு நிக்காம.. எனக்கு சப்போர்ட்டா இருக்கச் சொல்லு ஆர்த்தி.''

''இன்னும் என்ன உத்தரவாதம் வேணும் உனக்கு?''என்றாள் ஆர்த்தி.

மனோகர் அருகில் வந்த அர்ச்சனா, ''இந்த மனசு இப்படியே இருக்கணும். அது போதும்'' என்றாள்.

அவள் கண்களில் வழிந்த கண்ணீரைத் துடைத்தான் மனோகர்.

''இப்ப உங்க ரெண்டு பேருக்கும் ஓர் இன்ப அதிர்ச்சி தரப் போறேன். உங்க வீட்டுக்குப் போறதுக்கு முன்னாடி நேரா எங்க வீட்டுக்குப் போறோம். அங்க ஒரு தடபுடலான விருந்து ரெடியாகிட்டிருக்கு.''

''என்னடி சொல்றே? அப்பா..''

''அப்பாதான் என்னென்ன சமைக் கணும்னு மெனு போட்டது. அப்பா, உன்னை மன்னிச்சிட்டார். உங்களை ஆசீர்வாதம் பண்றதுக்கு அட்சதையோட ரெடியா இருக்கார்.

எல்லாரோட அடிமனசுலயும் நல்ல குணங்கள் கண்டிப்பா இருக்குக்கா. அதை மறைச்சிக்கிட்டு அது மேல படிஞ்சிருக்கற அழுக்கைச் சரியான சந்தர்ப்பத்துல கழு விட்டா... அந்த நல்ல குணங்கள் பளிச் சுன்னு தெரியும். வாங்க போலாம்'' என்றாள் ஆர்த்தி.

ப்ரீதி ''கெக்கெக்கே'' என்று சிரித்தது.

முற்றும்

கிராமமயணை!

புதுக்கோட்டையிலிருக்கிற விராச்சிலைதான் எங்க கிராமம். என்னோட முதல் படத்தை (பசங்க) சென்டிமென்ட்டா எங்க கிராமத்துல எடுத்திருப்பேன். எங்க ஊருல, அடைக்கலம் காத்த அம்பாள் கோயில்ல வைகாசி மாசம் பத்து நாள் சேர்ந்தாப்ல திருவிழா நடக்கும். ஒரே பாட்டு, கூத்து, கும்மாளமா இருக்கும். எல்லா சொந்தக்காரங்களும் ஒண்ணா சேருவாங்க. பங்காளி, மச்சான், மாப்பிள்ளைன்னு ஒவ்வொருத்தரும் உறவுமுறையை வெச்சுப் பழ குறதைப் பார்க்கும்போது இந்த சந்தோஷம் எங்கியும் கிடைக்காதுன்னு தோணும். சென்னை வந்தாலும், வைகாசி மாசத்துல மட்டும் எங்க ஊர்த் திருவிழாவுல 'டேய் மாப்பிள்ளை'ன்னு யாரையாவது கூப்பிட்டு அசல் கிராமத்தானா வளைய வர்றதைப் பார்க்கலாம்.



* இயக்குநர் பாண்டியராஜ்



மூலம் தந்த மூவாயிரம்

அகங்காரத்தில் மூழ்கி, அறிவு மங்கிய நிலையில் வாழ்கின்ற மக்களின்பால் அன்பு கொண்டு, அவர்களை வழி நடத்தவும், உய்விக்கவும் தம்முடைய சுய விருப்பத்தின் பேரில் பிறவியைப் பெற்றவர்களே சித்தர்கள். இவ்வரிசையில் தோன்றியவரே திருமூலர்.

கயிலாய மலையில் சிவபெருமானின் அருள் பெற்று வாழ்ந்து வந்த ரிஷிகளுள் ஒருவர் சுந்தரானந்தர். அவர் தமது நண்பரான அகத்தியரைச் சந்திப்பதற்காக தென் திசை நோக்கிப் பயணம் மேற்கொண்டார். வழியில் கேதார்நாத், பசுபதிநாத் (நேபாளம்), காசி, காஞ்சி ஆகிய தலங்களில் உறைகின்ற சிவ பெருமானை வணங்கிவிட்டு, காவிரி ஆற்றங் கரையில் உள்ள சாத்தனூரை அடைந்தார்.

அந்த ஊரை ஒட்டிய பகுதியில் பசுக் களும், கன்றுகளும், எருதுகளும் கூட்டமாய் நின்று வருத்தத்துடன் ஒலியெழுப்பிக் கொண்டிருந்தன. அவற்றின் கண்களிலிருந்து நீர் வழிந்தது. அக்கூட்டத்தின் நடுவில் அவற்றை மேய்ப்பவனான, மூலன் என்னும் இடையர் குலத்தவன் இறந்து கிடந்தான். வருத்தமானாலும், சந்தோஷமானாலும்,

● பேராசிரியர். இல. கோமதி



திருமூலர்

சிறிதும் சலனமில்லாத சித்தரான சுந்தரானந்தர் அந்தக் காட்சியைக் கண்டு மனம் நெகிழ்ந்து, பசுக்களின் மீது மிகுந்த இரக்கம் கொண்டார்.

சுந்தரானந்தர் அஷ்டசித்துக்கள் கைவரப் பெற்றவராதலால் பரகாயப் பிரவேசம் செய்தார். தன் உடலை அருகில் இருந்த மரப் பொந்து ஒன்றில் மறைத்து வைத்துவிட்டார். தன்னுடைய தூல சரீரத்தை விட்டு வெளியேறி மூலனின் உடலில் பிரவேசித்தார். இதனைக் கூடு விட்டு கூடு பாய்கிற சித்து என்பார்கள். உயிர் பெற்று எழுந்த மூலனைக் கண்டவுடன் பசுக்கள் மகிழ்ச்சியடைந்தன. அவனை நாவால் நக்கிக் கொடுத்தும், ஒலியெழுப்பியும் சந்தோஷத்துடன் ஆரவாரித்தன.

மூலன் உடலிலிருந்த சுந்தரானந்தர் மாலையில் அவற்றை கிராமத்துக்கு ஓட்டிச் சென்று கொட்டிலில் அடைத்தார். மூலனின் மனைவி அவரை மூலன் என்று நினைத்து வீட்டுக்கு வரும்படி அழைத்தாள். அவளை விட்டு ஒதுங்கித் தன் பயணத்தைத் தொடர்ந்தார் சுந்தரானந்தர்.

மரப்பொந்தில் தான் மறைத்து வைத்திருந்த தன் உடலில் மீண்டும் புகுவதற்காக அங்குச் சென்றார். ஆனால், அங்கே தன் உடலை அவரால் காணமுடியவில்லை. உண்மை நிலையை அறிவதற்காக சுந்தரானந்தர் தியானத்தில் அமர்ந்தார். சிவபெருமானே, தன் உடலை மறைத்துவிட்டார் என்பதையும், இடையனான மூலனின் உடலில் தங்கி வாழ்வியல் நெறிகளை உலகத்துக்குத் தான் எடுத்துக் கூற வேண்டுமென்பதும் சிவபெருமானின் கட்டளை என்பதை உணர்ந்து கொண்டார். மூலனின் உடலிலேயேத் தங்கி அன்று முதல் திருமூலர் என்று அழைக்கப்பட்டார். பின்னர் திருவாவடுதுறை என்னும் ஊரினை அடைந்து அங்கு ஒரு அரச மரத்தடியில் யோக நிஷ்டையில் அமர்ந்து, ஓர் ஆண்டுக்கு நான்கு வரிகள் கொண்ட ஒரு பாடலாக, மூவாயிரம் ஆண்டுகளுக்கு, மூவாயிரம் பாடல்களைத் தந்தார். இம் மூவாயிரம் பாடல்களின் தொகுப்பே

'திருமந்திரம்' என வழங்கப்பட்டது.

வேறு ஒரு வரலாறும் உண்டு. திருமூலர் ஆகாய மார்க்கமாக தென் திசை நோக்கி வந்து கொண்டிருக்கும்போது, வீரசேனன் என்னும் குறுநில மன்னர் இறந்துவிட்டதைக் கண்டார். இளம் பருவத்தில் அகால மரணமடைந்த அம்மன்னனின் உடலைப் பார்த்து, அந்நாட்டு மக்கள் துயரம் தாளாமல் அழுது கொண்டிருந்தனர். அந்த மக்கள் மீது இரக்கம் கொண்ட திருமூலர், அம்மன்னனின் உடலில் பரகாயப் பிரவேசம் செய்தார். பின்னர், பலகாலம் திருமூல வீரசேனன் என்ற பெயரில் மன்னனாக வாழ்ந்து, நாட்டை மிக நல்ல முறையில் ஆட்சி செய்தார். எனினும் அவருடைய மனம், அமைதி அடையவில்லை. ஒரு நாள் இரவு அரண்மனையை விட்டுப் புறப்பட்டார்.

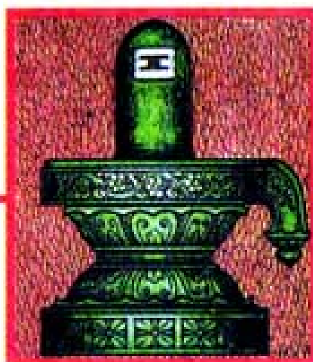
சதுரகிரி மலைச் சாரலோரம் அவர் நடந்து வந்துகொண்டிருந்தபோது, அங்குள்ள அருவிக் கரையில் ஓர் அந்தணன் அசையாமல் சிலை போல் உட்கார்ந்திருப்பதைக் கண்டார். அருகில் சென்று பார்த்தபோது, அவன் அப்போதுதான் இறந்து போனது தெரிய வந்தது. அவனுடைய உடல் சூடாக இருந்தது. அரசனுடைய உருவத்தை இனித் தொடர முடியாது என்று முடிவு செய்த, திருமூலர், உடனே தன் அரச சரீரத்தை விட்டு அகன்று அந்தணனுடைய உடலுக்குள் புகுந்தார். பின்னர் சதுரகிரி மலையின் மிக அடர்ந்த வனப்பகுதியில் கடும் தவம் மேற்கொண்டார்.

யோக ஞான மார்க்கங்களைத் தம் சீடர்களுக்கு உபதேசித்தார். அவை திருமூலர் பெயராலேயே வழங்கப்படுகின்றன. இது சதுரகிரித்தல புராணத்தில் இருக்கும் திரு மூலரின் வரலாறு ஆகும்.

திருமூலருக்கு சீடர்கள் பலருண்டு. திருமூலர் பரம்பரை என்று ஒன்றுண்டு. அவர்களுள் காலாங்கிநாதர், கஞ்சமலைச் சித்தர், கருவூரார் ஆகியோர் முக்கியமானவர்கள்.

திருமந்திரம் சைவத்திருமுறைகள் பன்னிரண்டினுள் பத்தாம் திருமுறையாக வைக்கப்பட்டுள்ளது. ஆனால், மற்ற திருமுறைகளைப் போல, திருமந்திரப் பாடல்கள் உணர்ச்சி வசப்பட்டு, பக்திப் பெருக்கால் மனத்தை உருக்கி, பரவசமடையச் செய்யும் பாடல்கள் அல்ல.

மனிதர்கள் வாழ்வில் பின்பற்ற வேண்டிய நன்னெறிகள், பண்புகள், யோகம்,



சித்தர்கள், அஷ்டாங்க யோகத்தின் கடைசி நிலையான சமாதியின் இறுதியில் தங்கள் உருவத்தை லிங்க வடிவமாக்கி, சூட்சுமமாக நிலை பெற்று இருப்பார்கள் என்பது உண்மை. இதுதான் சித்தர் சமாதி. இவ்வகையான சமாதிகளை இந்தியா முழுமையிலும், குறிப்பாகத் தென் தமிழ்நாட்டில் விசேஷமாகக் காணலாம். இந்தச் சிவலிங்கங்களின் மேல் பிற்காலத்தில் கோயில்கள் கட்டப்பட்டு, சுயம்புலிங்கம் என அறிவிக்கப்பட்டு அவை புகழ் பெற்றன.

திருநெல்வேலியில் உள்ள நெல்லையப்பர் ஆலயம் இப்படித்தான் உருவானது. முன் காலத்தில் அடர்ந்த மூங்கில் காடாக இருந்த பகுதி அது. மூங்கில் மரங்களை வெட்டியபோது, அரிவாள் பட்டு, ஓரிடத்தில் இரத்தம் கசிந்தது. தோண்டிப் பார்க்கையில் அங்கே ஒரு சிவலிங்கம்

ஞானம், மந்திரம், தந்திரம், எந்திரம், வைத்தியம் ஆகியவற்றைக் குறித்த மிக நுட்பமான செய்திகளைக் கொண்டவை. திருமந்திரப் பாடல்களின் சந்தநயமும் இனிமையும், கருத்தாழமும் படிக்கப் படிக்கத் திகட்டாதவை. திருவாவடுதுறையில் ஞானநிஷ்டையில் இருந்து, திருமூலர் முக்தியடைந்தார் என்று சொல்லப்படுகிறது.

திருமந்திரத்தில் சிதம்பரத்தைப் பற்றிய குறிப்புகள் காணப்படுகின்றன. அதனால் திருமூலர் சிதம்பரத்தில் இருந்தார் என்றும் நம்பப்படுகிறது. சிதம்பரத்தில் திருக்கோயிலில் ஸ்ரீமூலன் சன்னிதி என்று ஒரு சன்னிதியுண்டு. இது திருமூலர் லிங்க வடிவாய் அமர்ந்துள்ள இடமென்றும் கூறுவார்கள். இந்த லிங்க வடிவம் சுயம்புவாகத் தோன்றியது என்று கூறப்படுகிறது. பிற்காலத்தில், திருமூலர் லிங்க வடிவமாய் எழுந்தருளிய இடம் என்பது மறைக்கப்பட்டு, சிவபெருமான் சுயம்புவாக வெளிப்பட்ட இடம் என்ற செய்தி நிலைத்து விட்டது.

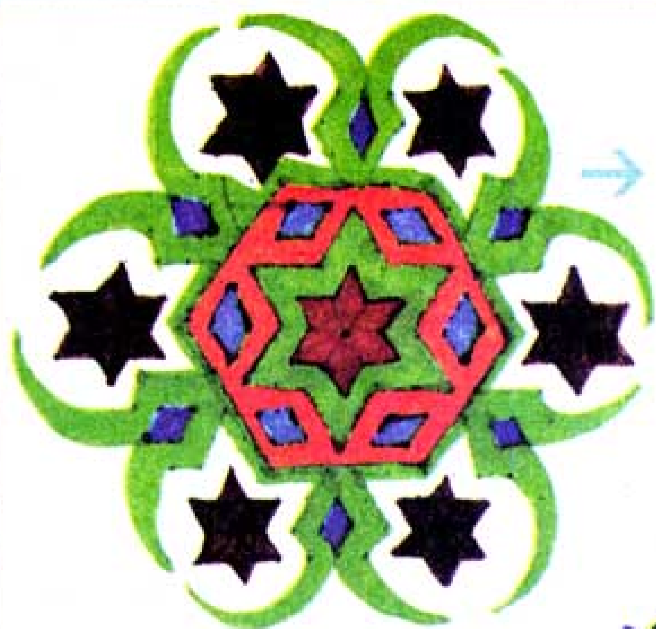
இருந்தது. அந்த சிவலிங்கத்தின் மேல், பிற்காலத்தில் கட்டப்பட்டு, சிவபெருமானின் தாமிர சபையாக புகழ் பெற்றது நெல்லையப்பர் ஆலயம். இன்றும் மூங்கில் மரமே கோயிலின் தல விருட்சம்.

திருமூலரின் வழித் தோன்றலும் அவரது சீடர்களில் பிரதான இடம் பெறுபவருமான கருவூர்ச் சித்தர் அமைத்தது சிதம்பரம் திருக்கோயிலாகும். இக் கோயிலைப் பற்றி ஒரு தனி ஆராய்ச்சியே செய்யலாம். எம்பெருமானின் கனகசபையல்லவா? அவ்வளவு இரகசியங்களும், நுட்பங்களும் அக் கோவிலில் உள்ளன.

சித்தர்கள் கூறிய மனித உடல் தத்துவத்தை அடிப்படையாக வைத்து தில்லை திருக்கோயில் அமைந்துள்ளது. இது மிகவும் வியப்புக்குரிய விஷயம். மனிதன் ஒரு நாளைக்கு சராசரியாக 21600 தடவை சுவாசிக்கிறான். கனகசபையின் மேல் 21000 தங்க ஓடுகள் வைக்கப்பட்டுள்ளன. மனித உடலில் 72000 நாடிகள் உள்ளன. தங்க ஓடுகளை இணைப்பதற்காக உபயோகப்படுத்தப் பட்டுள்ள ஆணிகளின் எண்ணிக்கை 72000. கனகசபையின் முன்னால் உள்ள ஐந்து படிகளும் பஞ்சபூதங்களைக் குறிப்பவை. அங்கே அமைந்துள்ள 96 வெள்ளிப் பல கணிகள், மனிதனுடைய 96 உடல் தத்துவங்களின் அடையாளமாகும்.

மனித உடலில் இதயம் இடது பக்கமாக இருப்பதுபோல நடராஜர் சந்நிதி சற்று இடது புறமாக அமைந்துள்ளது. இக் கோயிலில் உள்ள ஐந்து சபைகளும், மனித உடலின் ஐந்து போர்வைகளாக, பிராணமய கோசம், ஆனந்தமயகோசம், விஞ்ஞானமய கோசம், மனோமயகோசம், அன்னமயகோசம் என்றே அமைந்துள்ளன. சித்தர்களால் உருவாக்கம் பெற்றதே கனகசபை என்பது மறுக்க முடியாத உண்மை. இன்னும் தில்லை திருக்கோயிலின் நுட்பங்கள் ஆராய்ச்சிக்கு உரியன.

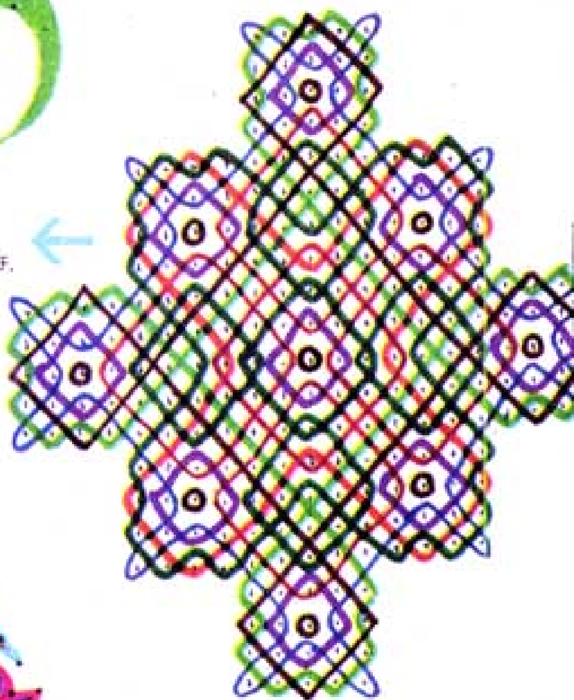
(சித்தர் நெறி தொடரும்...)



17 - 9 வரை இடைப்புள்ளி,

ராஜலக்ஷ்மி,

செகந்திராபாத்.

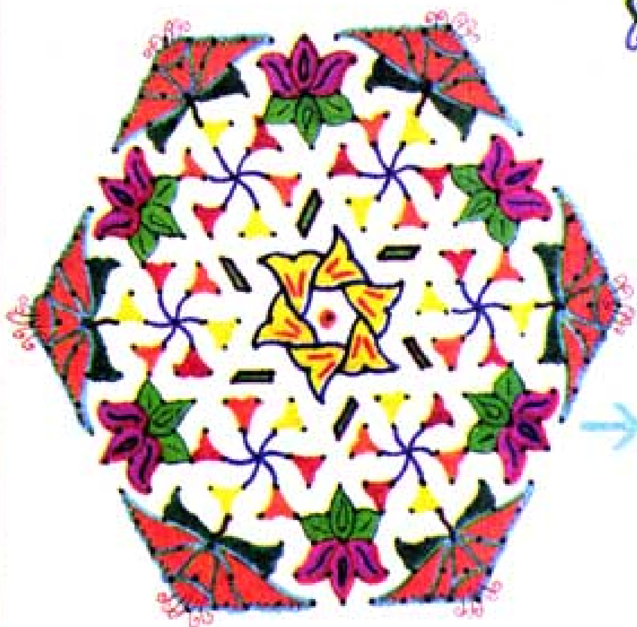


21 புள்ளி 5 வரிசை, 13 புள்ளி 4 வரிசை,

5 புள்ளி 4 வரிசை - நேர்புள்ளி

லதா சுந்தரராஜன்,

கல்பாக்கம்.



21 - 11 வரை இடைப் புள்ளி

அ.அனிதா,

அகஸ்தீஸ்வரம்.

வண்ணக்





13 - 7 வரை (இடைப் புள்ளி)

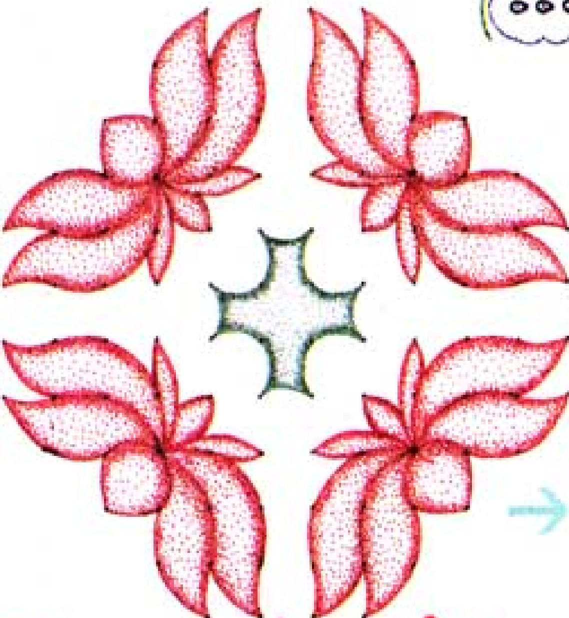
ரம்யா சங்கர், திருச்சி.



21 புள்ளி 5 வரிசை, 13 புள்ளி 4 வரிசை, 5 புள்ளி 4 வரிசை - நேர்புள்ளி

எச்.சத்யவதி,

அரக்கோணம்.



12 புள்ளி 12 வரிசை (நேர்புள்ளி)

4-ல் நிறுத்தவும்.

பா.மாலாவதி,

பட்டுக்கோட்டை.

கோலங்கள்!

வாசல் அழகு



தேவையான பொருட்கள்

வடிவமான கொட்டாங்குச்சிகள், எம்.சீல், ஃபேப்ரிக் கலர்ஸ், 3 டி கலர்ஸ், பாட்டில் மூடி, உப்புத்தாள், பிரஷ், கத்தி, கத்தரிக்கோல்.

அலங்கரிக்க

கண்ணாடித் துண்டுகள், செயற்கைப் பூக்கள் சிறிது

செய்முறை:

வடிவமான மூன்று கொட்டாங்குச்சிகளை எடுத்துக்கொண்டு, அதன் பின்புறத்தில் உப்புத்தாள் வைத்து வழவழப்பாக ஆகும் வரை நன்றாகத் தேயுங்கள்.

எம்சீலை நன்றாகக் கலந்துக் கொண்டு சிறு கோலி போல் உருட்டித் தட்டையாக்கி, ஒரு கொட்டாங்குச்சியின் பின்புறத்தில் வைத்து மற்றொரு கொட்டாங்குச்சியின் பின்புறத்தோடு இணைத்து, சிறிது நேரம் காயவிடுங்கள். பிறகு, மூன்றாவது கொட்டாங்குச்சியைப் (படம்-4) படத்தில் காட்டியபடி இணையுங்கள்.

எம்சீலை வைத்து தேவைக்கேற்ப சிறு கோலிகளாக உருட்டி ஒவ்வொன்றையும் தட்டையாக்கிக் கொள்ளுங்கள். அவற்றை, கத்தி வைத்து இலை போல கோடு போட்டும், பூக்களின் இதழ் போல கத்தரித்து பூக்களாகவும் செய்து (படம்-5,6,7) படங்களில் காட்டியபடி

1



2



3



4



5




6




7

ஓட்டிப் பார்த்தேன் கொட்டாங்குச்சி!


8

கொட்டாங்குச்சியின் மேல் ஒட்டி விடுங்கள்.

அடுத்து எம்சீலில் பறவை செய்ய வேண்டும். பெரிய கோலி அளவு எம்சீலை உருட்டி, அதிலேயே சிறு பகுதியைத் தலை போலாக்கி கொள் ளவும். இலைபோல் செய்து இருபுறமும் →


9

ஒரு பொருள்... பல பயன்...


10





ஒட்டிவிட பறவைக்கு இறக்கை தயார்! பின் கத்தி வைத்து கண், மூக்கு என கோடு போட்டு கொள்ளுங்கள். இதுபோல் இரண்டு பறவைகள் செய்து ஃபேப்ரிக் மஞ்சள் நிறத்தை அடித்து விடுங்கள்.

கொட்டாங்குச்சியின் நிறம் தெரியாதபடி வெள்ளை நிறமும், இலைகளுக்குப்



பூக்கிண்ணம்

கொட்டாங்குச்சியை உப்புத்தாளின் உதவியுடன் வழவழப்பாக்கவும். படத்தில் காட்டியபடி பாட்டில் மூடியானது கீழே வரும்படி, எம் சீல் வைத்து இணையுங்கள். கொட்டாங் குச்சியின் நிறம் தெரியாதபடி கற்பனைக்கேற்றவாறு வர்ணம் பூசவும்!

பின் ஆங்காங்கே 3-டி நிறம் அடித்து, கொட்டாங்குச்சியின் மேற் புறத்தில் செயற்கைக் கற்களை ஒட்டி விடுங்கள். அழகிய பூக்கிண்ணப் தயார்!



ஆமை

தட்டையான கொட்டாங்குச்சியை வழவழப்பாக்கி, எம்சீலைக் கொட் டாங்குச்சியின் விளிம்பில் ஒட்டி விடுங்கள். எம்.சீலைப் பிசைந்து, ஆமையின் கை,கால்,தலை போன்ற வடிவத்தைச் செய்து தகுந்த இடங் களில் இடைவெளிவிட்டு ஒட்டிவிடுங் கள்.

ஓடு பகுதிக்கு மெட்டாலிக் பிரான்ஸ் நிறமும், தலை, கால் பகுதிக்கு செம்பு நிறத்தையும் அடித்து விடுங்கள். பின்பு ஆமையின் மேற்புற ஓட்டின் மீது வட்டங்கள் போன்று டிசைனை வரைந் துக்கொள்ளுங்கள். அசல் ஆமை ரெடி!

பச்சை,பூக்களுக்கு சிவப்பு என்றும் வர்ணமிடுங்கள்.(நிறமிடும்போது பொறுமையுடன் அடித்தால் ஒரு வர்ணம் மற்றொன்றில் படாது பார்க்க அழகாக இருக்கும்) நன்கு காய்ந்ததும் தேங்காய் நாரை உதிரியாக்கி அந்தக் குழியில் போட்டு அதன் மேல் பறவைகளை நிற்க வைத்தால் அழகான 'சிப்பி வீடு' தயார்.

மூங்கில் கூடை

சற்றே ஆழமான கொட்டாங் குச்சியை வழவழப்பாக்கி, பாட்டில் மூடியை, அடியில் இணைத்துக் கொள்ளுங்கள். எம்சீலைக் கயிறு மாதிரி முறுக்கி மாலையாக்கி அதன் இரு முனையையும் கொட்டாங் குச்சியுடன் இணைத்திடுங்கள். தேவையான நிறமிட்டு, செயற்கைப் பூக்களை அலங்காரமாக அடுக்கி வைத்தால் மூங்கில் பூக்கூடை தயார்!





பென் ஸ்டாண்ட்

இரண்டு கொட்டாங்குச்சிகளை வழவழப்பாக்கி, ஒன்றோடொன்று இணையுங்கள். இப்போது வட்டவடிவம் கிடைக்கும். எம்சீல் வைத்து பாட்டில் மூடியை இணைத்து கொட்டாங் குச்சியிலுள்ள மூன்று துளைகளைப் பெரியதாக்கி கொள்ளுங்கள்.

பிறகு, உங்களின் கற்பனைத்திறனுக் கேற்ப நிறமிட்டு, கண்ணாடித் துண்டுகளை ஒட்டினால் அழகான பென் ஸ்டாண்ட் ரெடி!

கலை, படங்கள்: **துளசி கண்ணன்,**

மதுரை

நிலாரசிகன்

வால்

● சிறுகதை

கால்சட்டை பை நிறைய கோலிக் காய்கள்; ஜெயித்த சந்தோசத்துடன் வேகமாய் வீட்டுக்கு நடந்து கொண்டிருந்தேன். கோலிக்காய்கள் ஒன்றுடன் ஒன்று உரசும்போது ஏற்படும் சத்தம் சந்தோசம் தருவதாய் இருந்தது. வீட்டை நெருங்கும்போதுதான் வேதக்கோவில் மணிச்சத்தம் ஆறுமுறை கேட்டது. ஆறு மணி தாண்டிய பின் வீட்டுக்குள் நுழைந்தால் அப்பா அடி பின்னிவிடுவார். அடிவாங்குவது எனக்கு பழக்கமானதுதான். ஆனாலும் வலிக்குமே!

வேகமாக லட்சுமி அக்காள் வீட்டுக்கு ஓடினேன். எங்கள் வீட்டின் பின்புறம்தான் அவர் வீடிருக்கிறது. அவர் வீட்டு வேலியைத் தாண்டிக் குதித்தால், எங்கள் வீடு. அதன்பின் மெதுவாய் புறவாசல் வழியாய் உள்ளே நுழைந்துவிடலாம். மாட்டுக்கு புண்ணாக்குத் தண்ணீர் வைத்துக்கொண்டிருந்த லட்சுமி அக்கா- என்னைப் பார்த்தவுடன் சத்தம் போட்டு கத்த ஆரம்பித்தார்.

''எலேய் பாண்டி! நெதமும் என் வீட்டு வேலிய பிரிச்சுப் பிரிச்சு திருட்டுத்தனமா வீட்டுக்குப் போறியே, ஒரு நாளாவது வெளக்கு வைக்கிறதுக்கு முன்னால வீட்டுக்குப் போயிருக்கியா? அப்படி



என்னதான் வெளையாட்டோ! உங்கப்பன்கிட்ட சொல்லி உன் காலை ஒடைக்க...'' அவர் முடிப்பதற்குள் நான் என் வீட்டுத் திண்ணையில் ஏழாம் வகுப்பு கணக்குப் புத்தகத் துடன் உட்கார்ந்திருந்தேன்.

திண்ணைக்குப் பக்கத்தில் வேப்ப மரத்தடியில் கட்டி யிருந்த ஜானி, என்னைக் கண் டதும் வாலாட்டியது. ஜானி, நான் வளர்க்கும் நாட்டு நாயின் பெயர் (நாட்டு நாய்குட்டிபோல் தெருவில் சடை நாய்க் குட்டி கிடைப்பதில்லையே ஏன்?) கணக்குப் புத்தகத்தையும் ஜானி யையும் பார்த்த என்னால் சிரிப்பை அடக்க முடிய வில்லை. எல்லாம் ஜானியின் பெயரில் வந்த சிரிப்புதான்.

கணக்கில் எப்பொழுதும் பத்து மார்க்கைத் தாண்டிய தில்லை என்பதால் எங்கள் கணக்கு வாத்தியார், வலிக்க வலிக்க பிரம்பால் என் பின் புறத்தில் அடிப்பார். அவர் பெயரும் ஜானிதான். அவரைச் சங்கலியால் கட்ட முடிய வில்லை என்கிற ஏக்கத்தில் தான் அந்த நாய்க்குட்டிக்கு 'ஜானி' என்று பெயர் வைத் தேன்.

'குக்கூ குக்கூ' வீட்டுக்கு வெளியிலிருந்து சத்தம் கேட் டதில் திடுக்கிட்டேன். இது எங் களது சங்கேத சத்தம். என் நண்பர்கள் கார்த்தி, மைக்கேல் மற்றும் டேவிட்டுக்கு மட்டுமே தெரிந்த சத்தம். இந்த நேரத்தில் எதற்குக் கூப்பிடுகிறார் கள் என்று நினைத்துக் கொண்டே மெள்ள படலையை விலக்கிக் கொண்டு வெளியே வந்து பார்த்தேன். கார்த்தியும் டேவிட்டும் என்னைப் பார்த்தவுடன் ஓடிவந்தார்கள்.



''பாண்டி, நம்ம காம்பவுண்ட்காரர் வீட்டு பூவரச மரத்துல அணில்கூடு ஒண்ணு இருந்துச்சுல்ல? அதுல இருந்து அணில்குட்டி கத்துற சத்தம் கேக்குது. நீதான் வந்து எடுக்கணும். மூணு குட்டி இருந்தா ஆளுக்கு ஒண்ணொண்ணா எடுத்துட்டு போயி வளர்க்கலாம். சீக்கிரம் வாயேன்'' கண்கள் மின்ன சொன்னான் கார்த்தி.

மரம் ஏறுவதில் நான் கில்லாடி என்பதால் என்னைத் தேடி வந்திருந்தார்கள். ''நமக்கு நாளைக்கு முழுப் பரீட்சை இருக்கே. அணில் பிடிக்கப் போனா எங்க அப்பா வைவாருடா'' வீட்டு வாசலைப் பார்த்த படியே பதில் சொன்னேன்.

''பரீட்சை எழுதறதுக்கு முன்னாலேயே மார்க்கு தெரியுற ஒரே ஆளு நீதாம்ல; எப்படியும் பத்துக்கு மேல எடுக்கப் போறதில்ல. அப்புறம் என்ன?'' நக்கலாய்ச் சிரித்தான் டேவிட்.

''மொகறக்கட்டையைப் பேத்துப்புடுவேன். முழுப் பரீட்சையில் பெயிலானா அப்புறம் எட்டாப்புக்கு எப்படிப் போறது?'' உனக்கென்ன, உங்க அய்யா கடை வச்சிருக்காரு. போயி பொட்டுக்கடல மடிக்கப் போயிருவ. எனக்குதான் பிரச்னை; அரையாண்டுல பெயிலானதுக்கே எங்கப்பா மூணு நாலு கல் உப்புல முழங்கால் போட வெச்சுட்டாரு. முழுப் பரீட்சை

பாண்டி சரித்திரம்!

யிலயும் பெயிலான முதுகுத் தோலை உரிச்சுப்புடுவேன்னு சொல்லியிருக்காரு. நான் வரலை, ஆளவிடுங்க'' சொல்லி விட்டு வீட்டுத் திண்ணையில் வந்து உட்கார்ந்து கொண்டேன்.

மீண்டும் பத்து நிமிடத்துக்கு 'குக்கூ' கேட்டுக்கொண்டிருந்தது. அதன்பின் வேப் பங்கொட்டையைத் திண்ணை நோக்கி எறிந்துவிட்டு போய்விட்டார்கள். அப்பா, எங்கேயோ கிளம்பிக்கொண்டிருந்தார். செருப்பை மாட்டியவர் என்னைப் பார்த் துக்கொண்டே அம்மாவிடம் கேட்டார். ''இவனைப் படிக்க வைக்கிறதுக்கு பதில் நாலு எருமை வாங்கி மேய்க்க அனுப்ப லாம். முழியைப் பாரு. திருட்டுப்பய! காடை வாங்கிட்டு வரச் சொன்னதுக்கு காக்கா வாங்குன பயதான இவன்?'' அம்மா ஏதோ சொல்லி சமாதானப்படுத்தியபின் முணுமுணுத்துக்கொண்டே வெளியில் போனார் அப்பா.

அப்பாவுக்குக் காடைக்கறி என்றால் கொள்ளை இஷ்டம். ஒருமுறை காடை வாங்க இருபது ரூபாய்த்தாளைத் தந்தார். அப்பொழுதுதான் முதன்முதலாய் இருபது ரூபாய் நோட்டைப் பார்த்தேன். சரி எதற்கு அதை வீணாக்க வேண்டுமென்று கவுட் டையை எடுத்துக்கொண்டு இரண்டு காக் காய்களைத் தெறித்துவிட்டேன். யாருக்கும் தெரியாமல் கழுத்தைத் திருகி எறிந்து விட்டு, தோலை உரித்து அம்மாவிடம் கொடுத்தேன். இன்னைக்குத் தான் காடைக்கறி அம்சமா இருக்கு'' என்ற படியே அப்பாவும் ஒரு பிடிபிடித்து விட் டார்.

காக்காவின் உரித்த சிறகுகளை வீட்டுக்குப் பின்புறம் கொய்யா மரத்தடி யில் புதைத்திருந்தேன். என் வீட்டுச் சனியன் புகக்குட்டி (பூனை) அதைத் தோண்டி வெளியில் எடுத்து என்னைக் காட்டிக்கொடுத்துவிட்டது.

கையிலிருந்த கணக்குப் புத்தகம் காற்றில் படபடத்தபோது, ''என்னை மடி யில் வைத்துக்கொண்டு ஏதேதோ நினைக் கிறாயே'' என்று சொல்வது போலிருந்தது. அதற்கு மேல் படிக்க விருப்பமில்லை. நண்பர்களிடம் வரமாட்டேன் என்று சொன் னாலும் மனசு முழுக்க அணில்குட்டியை நினைத்துக்கொண்டே இருந்தது.

புத்தகத்தை மூடி அழிக்கம்பி வழியாக வீட்டுக்குள் வைத்துவிட்டு ஓசை படாமல் எழுந்து வெளியே வந்தேன். ஒரே ஓட்ட மாக காம்பவுண்ட்காரர் வீட்டுக்கு வந்து விட்டேன். கார்த்தியும் டேவிட்டும் என் னைப் பார்த்தவுடன் சந்தோஷமாக ஓடி வந்தனர்.

''பாண்டி, நீ வருவன்னு தெரியும்டா! அதான் இங்கேயே நிக்கிறோம். சீக்கிரமா மரத்துமேல ஏறு. காம்பவுண்ட்காரர் வீட்ல இல்ல. பஜாருல நின்னு பேசிக்கிட்டு இருக்காரு. வெரசா ஏறு'' என்று சொல்லி



நெத்தியடி!

பெரிய காப்பியங்களைக் கூட கிராமங்களில் இரண்டே வரிகளில் சுருக்கமாகக் கூறிவிடுகின்றனர்.

''தொட்டான் சீதையை
கெட்டான் ராவணன்'' என்று இராமாயணத்தையும்

''பாஞ்சாலியின் சேலை உரித்தான்
பஞ்சப் பஞ்சாய்ப் போனான் துரியோதனன்''
என்று மகாபாரதத்தையும் சொல்கிறார்கள்.

- எம்.முராரி, சேலம் -1

கருவேப்பிலை, புதினா, மல்லி போன்ற வற்றை ஃபிரிஜ்ஜில் வைப்பதைவிட, ஓர் அழகிய பூச்சாடியில் தண்ணீருடன் சிறிது சர்க்கரை கலந்து, அவற்றின் காம்புகள் தண்ணீரைத் தொடுமாறு வைத்தால் ஒரு வாரம் ஃபிரெஷ் ஷாக இருக்கும். அடுக்களைக்கும் ஒரு புது தோற்றத்தைக் கொடுக்கும்.

- நஸீஹா ஹஃபீஸ், கீழக்கரை



விட்டு குனிந்து நின்றுகொண்டான் கார்த்தி. அவன் முதுகில் ஏறி சுவற்றுக்குத் தாவினேன். 'விறு விறு' என்று பூவரச மரத்தில் ஏறி அணில் கூட்டைப் பிரித்தேன். கண் திறக்காத இரண்டு குட்டிகள் என் கை பட்டதும் 'கீச் கீச்' என்று சத்தம்போட ஆரம்பித்தன. மரத்திலிருந்து இறங்கும் போது இரண்டு பூவரச இலைகளைப் பறித்துக்கொண்டு சுவற்றில் கால்வைத்து தரைக்கு வந்தேன்.

''சூப்பருடா பாண்டி! இரண்டு குட்டி தான் இருக்கு இப்ப என்ன செய்ய?'' மெதுவாய்க் காதோரம் கிசுகிசுத்தான் கார்த்தி. அணில் குட்டிகளை ஆசையுடன் பார்த்துக்கொண்டிருந்தான் டேவிட். கால் சட்டைக்குள் பறித்துவைத்திருந்த பூவரச இலையை எடுத்து இரண்டு பீப்பீ செய்து டேவிட்டின் கைகளில் கொடுத்தேன்.

''எலேய் டேவிட்டு! நக்கலா வுடுற நக்கலு? ஒனக்கு அணில் குட்டியும் கெடயாது. ஒண்ணுங்கெடயாது. இந்தா இந்த பீப்பீயை ஊதிக்கிட்டே ஓடிரு'' அவன் கைகளிலிருந்த அணில்கூட்டைப் பறித்துக் கொண்டு நடந்தோம் நானும் கார்த்தியும்.

''அணில்குட்டி இருக்குன்னு சத்தம் கேட்டு சொன்னவன் நாந்தான். எனக்கு ஒரு குட்டி தாங்கடா'' கொஞ்சநேரம் கெஞ்சிவிட்டு கிடைக்காததால் வழக்கம் போல் கெட்டவார்த்தையால் திட்டிவிட்டு ''எழுதி வச்சுக்கல, நீ பெயிலுதான்'' என்று சாபம் தந்துவிட்டு போய்விட்டான் டேவிட்.

''குட்டிக்கு நீ என்ன பேருல வைக்க போற?'' வரும் வழியில் கேட்டான் கார்த்தி.

''ராமருக்கு உதவி செஞ்ச நல்ல பிராணியில்ல. அதனால நல்ல பேராதான் வைக்கணும். ம்ம்ம்... பாண்டின்னு வச்சுறலாமா? ஏன்னா உலகத்துலேயே நல்லவன் பாண்டி ஒருத்தன் தான். என்ன சொல்ற?'' சிரித்துக்கொண்டே கேட்டேன்.

''என் குட்டியைக் கொடு'' என்றவன் என்னிடமிருந்து ஒரு குட்டியை எடுத்துக் கொண்டு கொஞ்சம் தூரம் சென்றான். பின் திரும்பி ''எலேய் பாண்டி! ராமருக்கு அதிகமா உதவி செஞ்சது குரங்குதான்; அப்போ நீ குரங்குதானா?'' 'ஹா ஹா' பழிப்புக் காட்டிவிட்டு ஓடியே போய்விட்டான்.

உலகிலேயே எனக்குப் பிடிக்காத ஒரே விலங்கு குரங்குதான். அதற்கும் காரண மிருக்கிறது. எங்கள் பள்ளியில் எல்லோரும் பயந்து நடுங்கும் ஒரே வாத்தியார் எங்கள் பி.டி. வாத்தியார் ராமர்தான்.

காலையில் நீண்ட செங்கோட்டை பிரம்புடன் வலம் வருவார். அமைதியாகப் படிக்காமல் யாராவது பேசிக் கொண்டிருந் தால் வகுப்புக்கு வெளியே அழைத்து சுவரைப் பிடித்துக் கொள்ள சொல்வார். ஆறாம் வகுப்பு சேர்ந்த புதிதில் ஒரு நாள் வசமாகச் சிக்கிக்கொண்டேன் நான்.

''ஸ்டடி அவர்ல படிக்காம பேசிக் கிட்டா இருக்க? இங்க வந்து சுவத்தைப்

பிடில" பிரம்பை உருட்டியபடியே கேட்டார்.

எதற்காக சுவரைப் பிடிக்க வேண்டும் என்று அப்போது எனக்குத் தெரியாது. வெறும் சுவரிலேயே 'விறுவிறு' என்று ஏறும் சிங்கம் நான் என்று நினைத்துக் கொண்டே சுவரைப் பிடித்து நின்றேன். 'மடார்.. மடார்' என்று சத்தம் வர வர என் பின்புறத்தில் அடி பின்னி எடுத்து விட்டார். வலி உயிர்போனது. கண்ணீரு டன் என் இடத்தில் வந்து உட்கார்ந்தேன். வகுப்பு மொத்தமும் சிரித்துக்கொண்டிருந் தது. இரக்கமே இல்லாத மனசுடன் அவர் அடித்ததால் அவருக்கு 'கல்ராமர்' என்று பெயர் வைத்துவிட்டேன்.

அந்தப் பெயர் காட்டுத்தீ போல் எங்கள் பள்ளி முழுவதும் பரவிவிட்டது. நான் தான் பெயர் வைத்தேன் என்பதை எப் படியோ தெரிந்துகொண்டவர் அசெம்ப்ளி நடந்து முடிந்தவுடன் மைக்கில் என்னைக் கூப்பிட்டார். எனக்கு அடிவயிறு கலங்க ஆரம்பித்தது. குனிந்து கொண்டே அவர் முன்னால் போய் நின்றேன். மொத்த பள்ளி யும் என்னைப் பார்த்துக் கொண்டிருந்தது.

''மாணவர்களே, ராமருக்குக் கல்லை எடுத்து பாலம் கட்ட உதவிய விலங்கின் பெயர் என்ன?'' மைக்கில் கேட்டார் கல்ராமர். மொத்த பள்ளியும் ''குரங்கு' என்றது. இப்படித்தான் பால்பாண்டியாக வீரநடை போட்ட என் பெயர், வால் பாண் டியாக மாறிப்போனது. அன்றிலிருந்து குரங்கைத் தவிர எல்லா விலங்கையும் நேசிக்க ஆரம்பித்தேன்.

வீட்டுக்குள் நுழைந்து மாட்டுக்காடியில் கிடந்த நார்ப்பெட்டியில் அணில்குட்டியை வைத்து மூடிவிட்டு திண்ணைக்கு வந்து உட்கார்ந்துகொண்டேன்.

பரீட்சை முடிவு வெளியான அன்று என் துணிகளை எடுத்து பெட்டியில் அடுக்கிக் கொண்டிருந்தாள் அம்மா. வீட்டு முற்றத்தில் குறுக்கும் நெடுக்குமாக நடந்து கொண்டிருந்தார் அப்பா. அம்மாவின் கண்கள் கலங்கியிருந்தன. தூணுக்குப் பின் தலை குனிந்து நின்றிருந்தேன் நான்.

''எத்தனை தடவ சொல்லி இருப்பேன் படி படின்னு... எப்பப் பார்த்தாலும் நாயி அணிலு, குருவின்னு கவுட்டையை எடுத் துக்கிட்டு அலையவேண்டியது. ஒரு நாளா வது உம்புள்ளைய படிக்கப் பாத்திருக்கியா? இனி இந்த ஊர் ஸ்கூலும் சரிப்படாது; இந்த ஊரும் சரிப்படாது. பேசாம தட்டப் பாறையில் கொண்டு போயி போர்டிங்ல சேத்துர வேண்டியதுதான். அப்பதான் இவனுக் கெல்லாம் புத்தி வரும்'' அம்மா விடம் பெட்டியை வாங்கிக்கொண்டு என் கைகளைப் பிடித்து 'தரதர' என்று இழுத் துக்கொண்டு வாசல் நோக்கி நடக்க ஆரம் பித்தார் அப்பா.

அந்த டேவிட் பய சாபம் கொடுத்ததால தான் பெயிலாகிட்டேன்னு அப்பாகிட்ட சொல்ல நெனச்சேன். ஆனா இந்த பால் பாண்டியோட பெருமை, புது ஸ்கூலுக்கும் புது ஊருக்கும் தெரியணுங்கற ஆசையில எதுவும் சொல்லாம கால்சட்டைக்குள்ள வச்சிருந்த கடலை உருண்டையை எடுத்துக் கடிச்சுக்கிட்டே வீரன் மாதிரி நடக்க ஆரம் பிச்சேன். ●

கிருஷ்ணகிரி மாவட்டம் ஊத்தங் கரைக்கு அருகேயுள்ள ஓர் ஊரின் பெயர் 'காட்டேரி'. பெயரைக் கேட்டதும் பயந்து டாதீங்க! மத்திய அரசின் சிறந்த ஊராட்சிக் கான 'நிர்மல் புரஸ்கார்' விருதினை இந்த ஊராட்சி பெற்றுள்ளது!

– எல்.மோஹனசுந்தரி, கிருஷ்ணகிரி



சாரதா பேசுகிறேன்!

உஷா ராமகிருஷ்ணன்

'லெப்டோ ஸ்பைராஸிஸ்' என்ற ஜுரம் மாதக் கணக்கில் எந்த மருந்துக்கும் அசையாமல் என்னை வாட்டியது. திடீரென்று ஒரு நாள் மூச்சு விட முடியாமல் திணறினேன். சி.டி. பரிசோதனையில் என் நுரையீரல் பாதிக்கப்படத் தொடங்கியிருப்பது தெரிந்தது. எனக்கு வந்திருந்த **ஸ்லீரோடெர்மா** என்ற நோய் என் உள்ளுறுப்புகளைத் தாக்கத் தொடங்கியது.

என் கணவருக்கு, இது எதிர்பார்த்த அறிகுறியாக இருந்தாலும் எனக்கு பெரிய அதிர்ச்சியாக இருந்தது. அதுவும் எப்போது தெரியுமா, திரைப்படங்களில் மருத்துவமனைக் காட்சிகளில் மட்டுமே பார்த்திருந்த ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர் வீட்டுக்கே வந்து இறங்கிய போதுதான்! பெரிய சிலிண்டர், முகத்தில் எரிச்சலூட்டும் மாஸ்க், சிலிண்டரைத் திறப்பதற்கு தயார் நிலையில் ஒரு பலசாலி! (இப்போதாவது இதற்கு நவீன சாதனம் வைத்திருக்கிறேன்.) அந்த மாஸ்க் என் முகத்தில் அமர்ந்து கொண்டு, மூக்கிலும் கன்னத்திலும் எரிச்சலையும் புண்களையும் ஏற்படுத்தும்.

ஒரு மணி நேரத்துக்குத் தொடர்ந்து அதை வைத்துக் கொண்டால், 'ஐயோ! இது வேண்டாமே' என்று பிடுங்கி எறிவேன். அடுத்த பத்து நிமிடத்தில் மீண்டும் மூச்சுத் திணறல் ஏற்படும். மூச்சே விடவேண்டாம் என்று தோன்றும். யாராவது எனக்குப் பதிலாக மூச்சு விடுங்களேன் என்று அழலாம் போலிருக்கும். இப்போதெல்லாம் அடிக்கடி இந்த நிலை, இல்லையென்றாலும் இன்றும் நீடிக்கிறது. ஒரே வித்தியாசம், அவஸ்தையைத் தாங்கிக் கொள்ளும் பக்குவத்தைக் காலப்போக்கில் வளர்த்துக் கொண்டிருக்கிறேன்.

அதுமட்டுமா! ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர்கள் தட்டுப்பாட்டில் இருந்த காலம் அது. வீட்டில் கேஸ் சிலிண்டர் தீர்ந்து விட்டால் ஹோட்டலில் சாப்பிட்டுக் கொள்ளலாம்; மூச்சு விட ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர் கிடைக்கவில்லையென்றால்... பல சமயங்கள் அந்தச் சிலிண்டருக்காக ஊரெல்லாம் அலைந்த அனுபவமும் உண்டு.

நுரையீரலின் திறன் குறைந்து கொண்டிருந்ததால் ஆக்ஸிஜன் ஏற்றிக் கொள்ளும் நேரம் மெல்ல அதிகரித்தது. சுறுசுறுப்பாக இயங்கிக் கொண்டிருந்த நான், இப்படிக் கஷ்டப்படுகிறேனே என்று நொந்து கொள்வேன். படுத்த படுக்கையாய் ஆனதில், பிறரைச் சார்ந்திருக்கும் நிலை அதிகரிக்க, என் தவிப்பும் இயலாமையும் என்னை மேலும் பலவீனமாக்கின.

இந்த நேரத்தில் உங்களுக்கு, இதைச் சொல்லும் உரிமையை எடுத்துக்கொள்கிறேன். நாளை, ஏன் அடுத்த நிமிடம் என்ன நடக்கும் என்பதே நமக்குத் தெரியாது. நம் சக்திக்கு உட்பட்ட வரை உடல் ஆரோக்கியத்தைக் காத்துக் கொள்வது நம் குறைந்த பட்ச பொறுப்பு. குறிப்பாக குடும்பப் பொறுப்பில் மூழ்கியிருக்கும் பெண்கள், தங்கள் உடல் நலம் அவ்வளவு


2
தீராத
நோயோடு
போராடும்
ஒரு பெண்ணின்
தன்னம்பிக்கை
ததும்பும்
உண்மைக்
கதை!

ஸ்லீரோடெர்மா பற்றி...

உடல் தோல் கறுத்துத், தடிமனாக, இறுக்கமாக ஆகக் கூடிய நோய் இந்த ஸ்லீரோடெர்மா (மருத்துவப் பெயர்-ஸிஸ்டமிக் ஸ்லீராஸிஸ்). ஸ்லீ என்றொரு குட்டிப் பெயர் வைத்துக்கொள்வோம். 'ருமடாய்ட் ஆர்த்ரைடீஸ்' என்ற மூட்டு வலியின் குடும்பத்தைச் சேர்ந்தது இந்த ஸ்லீ.

சிங்கம் ஸிங்கிளா வரும். ஆனால் ஸ்லீ தன்னோடு பெரிய பட்டாளத்தையே கூட்டிக் கொண்டு வருகிறது. ஸ்லீயின் அறிகுறிகள் எல்லா நோயாளிகளுக்கும் பொதுவாக அமைவதில்லை. அதனாலேயே இந்த நோய்க்கு முழுமையானத் தீர்வை இன்னும் கண்டுபிடிக்க முடியவில்லை. எந்த உள்ளுறுப்பை எப்படி எப்போது தாக்கும் என்பது தெரியாது. இந்த நோய்க்கு மருந்து இல்லாததால் அறிகுறிகளை மட்டுமே சமாளிக்க முடியும். அதனால் டாக்டர்கள் 'ட்ரயல் அண்ட் எரர்' வகையில் சிகிச்சை அளிப்பார்கள் - ஓர் அறிகுறியைச் சமாளிக்க ஒரு மருந்து கொடுக்க, அதனால் வரும் பக்க விளைவை சமாளிக்க மற்றொரு மருந்து என்று போகும்.



முக்கியம் இல்லை என்று நினைக்கும் நிலைமை இருக்கிறது. உண்மையில், ஒரு குடும்பத்தின் மகிழ்ச்சிக்குப் பெண்களாகிய நம் உடல் நலம் தான் அஸ்திவாரம் இல்லையா? அந்த அஸ்திவாரம் இங்கு ஆட்டம் கண்டது.

படுத்த படுக்கையாக இருந்தபோது காலையில் அலாரம் அடிப்பது தெரியும், குழந்தைகள் என்னிடம் வந்து 'அம்மா அம்மா' என்று கூப்பிடுவது தெரியும். அதற்கு முனகலை மட்டுமே என்னால் பதிலாகத் தர முடியும். அந்த முனகல் அவர்கள் காதுகளில் விழுந்ததா என்பது கூடத் தெரியாது.

ஒரு குடும்பத் தலைவிக்கு குழந்தைகளின் காலை பள்ளி அவசரத்திலும், கணவர் அலுவலகம் செல்லும் நேரத்திலும் உதவி செய்ய முடியாமல் இருப்பது போன்ற கொடுமை, வேறு எதுவுமே இருக்க முடியாது. மாலையில் பள்ளியிலிருந்து திரும்பும்போது, பிள்ளைகள் நேரே என்னைப் பார்க்க ஓடி வருவார்கள். அம்மா இன்னும் நல்லபடியாக இருக்கிறாள் என்ற நிம்மதிப் பெருமூச்சு இருக்கும்.

என்னை எதாவது சாப்பிடச் சொல்லிக் கட்டாயப்படுத்தினால், அவர்கள் மீது எரிந்து விழுவேன். யாருடனும் பேசவே பிடிக்காது. அது என் இயலாமையினாலா, வெறுப்பா, இல்லை மருந்துகளின் பக்க விளைவா என்று சொல்லத் தெரியவில்லை. ஆனால் அந்தக் காலக் கட்டம் என் வாழ்க்கையின் மிகக் கொடுமையான அத்தியாயம்.

சாரதாவை ஸ்லி இன்று வரை எப்படியெல்லாம் தாக்கியிருக்கிறது?

* நுரையீரலின் திறன் குறைவதால் மூச்சு விடுதல் பிரச்னை
* சரும உலர்ச்சி பெற்று, கறுத்து இறுகியது.
* காஸ்டிரைடிஸ், வயிறு உபாதைகள் தினசரி பிரச்னை
* கை, கால் விரல்கள் ஸ்வாதீனம் குறைவாகிறது (ரேணாட்ஸ்)
* மாதவிடாய்ப் பிரச்னைகளால் ஹீமோக்ளோபின் அளவு ஆறு வரை குறைந்தது
* ரத்த அழுத்தம் 60/40 அளவுக்கு காரணமில்லாமல் அடிக்கடி குறையும்
* மிகவும் அதிகமான உடல் வலி-பாகம் பாகமாகப் பிளக்கும்
* தைராய்ட் பிரச்னையால் உடல் எடை அதிகரிப்பு
* அதிகம் நடந்தால் கைகள் வீங்கி விடும்
* மருந்துகளினால் மன உளைச்சல், தூக்கமின்மை
* வாய் விட்டு நிறைய சிரித்தால் மூச்சுத் திணறல் வந்து விடும்

(சே... என்ன கொடுமைடா இது!)

அப்போது என் நுரையீரல் இருபது சதவிகிதம்தான் வேலை செய்தது. நுரையீரல் சரியாக இயங்குகிறதா என்று பரிசோதிக்க 'லங்க்ஸ் ஃபங்க்ஷன் டெஸ்ட்' என்று ஒரு பரிசோதனை உண்டு. மருத்துவர்களின் அறிவுறுத்தலுக்கு ஏற்ப ஒரு கருவிக்குள் பல்வேறு வகையில் ஊதிக்காட்ட வேண்டும். அதை வைத்து நுரையீரலின் திறனைக் கணக்கிடுவார்கள்.

முதல் தடவை அந்தப் பரிசோதனையைப் புரிந்து கொண்டு செய்து முடிப்பதற்குள் மூன்று மணி நேரங்கள் ஆயின. அந்த மூச்சு விடும் பயிற்சியில் உயிரே போய் திரும்ப வந்தது. மருத்துவர்கள் ரிப்போர்ட்டை எல்லாம் பார்த்துவிட்டு, வானிலை அறிக்கை விடுவது போல், எதையும் ஊர்ஜிதமாகச் சொல்ல முடியாமல் ஆக்ஸிஜன் சிலிண்டர் தொடர வேண்டும் என்ற முடிவுக்கு வந்தார்கள்.

வாரம், ஒரு ரத்தப் பரிசோதனை செய்வார்கள். அதிலிருந்து மாத்திரை மருந்துகள் பற்றிய முடிவெடுப்பார்கள். கை நிறைய மாத்திரைகளை வைத்துக்கொண்டு அல்வா போல மொத்தமாக விழுங்குவேன். ஒவ்வொன்றாகச் சாப்பிட்டுக் கட்டுப்படியாகாது. சாப்பிட்ட பிறகு மாத்திரை போட்டுக் கொள்வதைப் பார்த்திருப்பீர்கள். என்னைப் பொறுத்தவரை மாத்திரைகளுக்கு முன் கொஞ்சம் சாப்பாடு சாப்பிடுவேன்.

நுரையீரல் தொடர்ந்து மோசமாக இருக்கவே, காச நோய்க்கான மருந்தைக் கொடுத்து நுரையீரல் முன்னேற்றம் காண்கிறதா என்று பரிசோதித்துப் பார்க்க டாக்டர்கள் முடிவு செய்தார்கள். அந்த மாத்திரைகள் வயிற்றில் பயங்கரமான எரிச்சலை ஏற்படுத்தும். சாப்பாடு சுத்தமாக நின்று போய் முழுப் பட்டினி. நான்கு மாதங்களாகியும் அவஸ்தைகள் குறையாது போக, போதும் இனிமேல் இந்தச் சிகிச்சை தேவையில்லை என்று சொல்லி காசநோய் மருந்துகளைத் தூக்கி எறிந்துவிட்டேன்.

(இன்னும் பேசுவேன்)

"கரையுதய்யா எம் மனசு!"

'வரப்போரம் தென்னை மரம்
வெயில் சாயும் இந்நேரம்
வயல் நடுவே களையெடுப்பு...
களையெடுக்கும் எங்களுக்கு
கஞ்சி கொண்டு வர்றீங்களா
கஞ்சி கலயத்துல
மச்சான்
கரையுதய்யா எம் மனசு!'

பாட்டு மிதந்து வந்த ஒரத்த நாடு, கக்கரை கிராமத்தை நோக்கிப் பயணித்தோம்.

வைகாசி கடைசி வாரம் என்பதால், வயலில் நெல் அறுவடை எல்லாம் முடிந்து போயிருந்தது.

''இப்ப எல்லா பக்கமும் நெலக்கடலையும், உளுந்தும் தாங்க நீங்க பார்க்கலாம். இன்னும் பத்து இருவது நாள் செண்டா (போயிட்டா) வயல்ல நாத்து நடவு நடக்கும். இப்ப எங்கன கண்டாலும் கடலைக்கும் உளுந்துக்கும் களை எடுக்கிறதுதான்!'' என்றனர் அந்தக் கழனி பெண்கள்.

★ ''காலம்பற நீச்சத் தண்ணி குடிச்சிட்டு களக்கொத்தியோட காட்டுப் பக்கம் கிளம்பிருவோம். வயல்ல எறங்கிட்டா, பாட்டும் பழமொழியுமா பறந்துகிட்டே இருக்கும். எங்க வாய்ச் சத்தத்தைவிட எங்களோட் கையுங்க வேகமா இயங்கும். அதனால கொத்தாளும் (மேஸ்திரி) கண்டுக்க மாட்டாங்க. வயக்காரங்களும் கண்டுக்க மாட்டாங்க. எங்க வேலையில பாட்டுக் கட்டிப் பாடினா, உடம்பு அசதி தோணாது. பரபரன்னு வேலையும் பறந்துகிட்டு நடக்கும்'' என்கிறார் பாட்டாளி பெண்மணி ஒருவர்.

★ ''கண்ணாலம் கட்டி வந்த நாள்லேந்து கூலி வேலைக்கு வர்றேன். புருசனுக்கு கொஞ்சூண்டு வயல். சொந்தமா வில்லை வூடு இருக்கு. டவுனைப் போலவே இங்கனயும் இப்ப எல்லாத்துக்கும் காசு வேண்டியதா இருக்கு. அதுக்கு இந்தக் கூலி வேலை கை கொடுக்குது.

எங்களுக்கு ஒரு பொண்ணு. ஒரு பையன். பொண்ணு எட்டாங்கிளாஸ்.





பையன் ஆறாப்பு. நல்லா படிக்க வைக்கணும்னு நெனைக்கிறோம். வெயில்லயும் வேனல்லயும் கிடந்து பறக்குறோம். சொந்த வயலோ தரிசா கிடக்குது. நாங்க வெளி வேலைக்குப் போகாட்டி, வூட்ல அடுப்பு எரியாது'' எனச் சொல்லும் சுசிலாவுக்கு வயது முப்பது.

★ ''சொந்த சாகுபடியில பத்து பேரை வெச்சு வேலை வாங்குனாலும், இன்னொருத்தர் வயல்ல நாமளும் எறங்கி வேலை செஞ்சாத்தான் எங்களுக்குத் திருப்தியா இருக்கும். சொந்த வயலில் பத்து நாள் வேலை இருக்கும். இருவது நாளைக்கி ஜோலி இருக்காது. அதனால புருசனும் - பொண்டாட்டியும் கலந்து பாத்துக்குவோம். எங்களுக்கு ரெண்டு பையன். ஒரு பொண்ணு. மவளக் கட்டிக் கொடுத்திட்டோம். மூத்தவன் பி.எட். படிப்புல சேர இருக்கான். எளையவன் காஞ்சிபுரத்துல, இஞ்சினியருக்குப் படிக்கிறான். இந்த விவசாயக் கூலி வேலை எங்களோட போயிடும்னு நெனைக்கிறேன்'' என்கிறார் கல்யாணி.

★ ''நிலம் வெச்சிருக்கறவங்களப் போயி கேட்டீங்கன்னா, வய வேலைக்கு இப்பல்லாம் ஆளுங்க வர்றதில்லன்னு சொல்வாங்க. நெல் சாகுபடியில இப்ப எல்லாத்துக்கும் எந்திரம் வந்திருச்சி. கூலி ஆளுங்க நாங்க என்ன ஆவுறது? அதுமட்டுமில்ல. பொம்பளைங்களுக்கு, அரசு நிர்ணயம் பண்ணின கூலியை யாருமே தர்றது இல்லே. பொம்பளைங்க எதிர்த்து கேக்க மாட்டங்கனு, எங்களுக்குக் கூலியை கொறைச்சே தர்றாங்க!'' எனச் சொல்கிறார் மரகதம்.

★ ''அஞ்சு அணா கூலியிலேந்து வயல் வேலைக்கி வர்றேன். இப்ப எனக்கு வயசு எழுபது. இந்த வயசுலயும் இந்த வெயில்ல காட்ல எறங்கி, எனஞ்சோடி பெண்டுகளுக்கு இணையா வேலை பார்க்குறேன்னா, சின்ன வயசுல நான் கரைச்சுக் குடிச்ச கம்பங்களியும், கேப்பச் சோறும் தான் காரணம். ஒவ்வொரு ஊர்லயும் ஏதோ கொஞ்சோண்டு பொம்பளைங்கதான், எங்களப் போல காடு கரை வயல் வேலைக்கு வர்றாங்க!'' என்கிறார் அமிர்தவள்ளி.

கட்டுரை, படங்கள் :
ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு

தனிமனிதனின் உழைப்பு வீட்டை மட்டுமல்ல, நாட்டின் பொருளாதாரத்தையும் உயர்த்தும் என்பது நாம் அறிந்ததே. இன்று ஆண்களுக்கு நிகராகப் பெண்கள் அனைத்து துறைகளிலும் களத்தில் இறங்கிவிட்டார்கள். படிப்பறிவைவிட அனுபவ அறிவு இருந்தால் போதும் திறம்பட வெற்றி நடை போடுவோம் என்று சாதித்துக் கொண்டிருக்கும் மகளிர் குழுக்களில் சிலரை இப்பகுதியில் அறிமுகப்படுத்திவருகிறோம்.

கல்வி கேந்திரா தொண்டு நிறுவனத்தின் கீழ் இயங்கிவரும் செம்பருத்தி, ரோஜா என இரண்டு மகளிர் குழுக்கள் இணைந்து விழுப்புரம் விக்கிரவாண்டி ஒன்றியத்தைச் சார்ந்த, முட்டத்தூரில் கல்குவாரி ஏலம் எடுத்து நடத்தி வருகிறது என்று கேள்விப்பட்டதும் அங்கு விரைந்தோம்.

''1992ல் மகளிர் குழுவை ஆரம்பியுங்க. இன்னைக்கு கல் உடைச்சு, தினக்கூலியா வேலை செய்றீங்க. நீங்க ஓர் அமைப்பா இணைஞ்சீங்கன்னா கல்குவாரியை ஏலம் எடுத்து. முதலாளியா ஆகலாமே'னு சொன்னாங்க. தினமும் அம்பது ரூபாய் சம்பாதிக்கிறதே பெரிய விஷயம். இது நடக்கிற காரியமான்னு எங்களுக்குள்ள நினைச்சிக்கிட்டோம்.

''அவங்க வற்புறுத்தலால் நாற்பது



பெண்கள் சேர்ந்து செம்பருத்தி, ரோஜான்னு இரண்டு குழுவை ஆரம்பிச்சோம்'' என்றபடி குழுவின் சுயசரிதையைத் தொடர்ந்தார் ஊக்குநர் சந்திரா.

''மகளிர் குழு தொடங்கியதும் தொழில் செய்யுங்கன்னு கொடுத்த லோனையெல்லாம் குடும்பச் செலவுக்கு எடுத்துக்கிட்டோம். 2002-ல் தேனி மாவட்டத்துல, ஒரு மகளிர் குழு கல்குவாரி ஏலம் எடுத்

6 வெற்றி கொடி கட்டு!



ரெடி ஜூட்!

பழமை மாறாம 'ஜூட்' (சணல்) பயன்படுத்தி க்யூட்டா பேக் செய்ற லலிதா குமாரி மகளிர் குழுவை சந்திக்கச் சென்றபோது, காலை நேர பரபரப்பில் சுறுசுறுப்பாக இயங்கி கொண்டிருந்தார்கள்.

குழுவிலிருப்பவர்களை அறிமுகப்படுத்திக் கொண்டு தங்களின் தொழில் ரகசியத்தைப் பற்றி தொடர்ந்தார் ஊக்குநர் இந்திரா. ''நாங்க குழு தொடங்கி ஆறு வருஷம் ஆகுது. அப்போது, அரசாங்கமே பலவிதமான தொழிலுக்குப் பயிற்சி கொடுத்தாங்க. சனல் பைக்கு நிறைய தட்டுப்பாடும் வரவேற்பும் இருந்ததால நாங்க மூணு மாசம் அந்தப் பயிற்சியை எடுத்துக்கிட்டோம்.

''இருபத்து ஐந்து விதமான பைகளைத் தைக்கச் சொல்லிக் கொடுத்தாங்க. ஏற்கெனவே எங்களுக்கு தையல்மிஷின் பற்றி ஓரளவு தெரிஞ்சதால கத்துக்கிறது சிரமமாயில்ல. எங்களுடைய ஆர்வத்தைப் பார்த்துட்டு நாங்களே ஆர்டரும் தர்றோம்னு அரசாங்கமே எங்களை தொழில் செய்ய முதல்ல ஊக்குவிச்சது'' என்றார் இந்திரா.

''நாங்க மூணு பேரும் தொழில் தொடங்கப் போறோம்னு எங்க வீட்ல சொன்னதும் எல்லோருக்கும் சந்தோஷம். ஆனா முதலீடுன்னு வரும்போது எங்களால புரட்ட முடியல. ஏன்னா, கொல்கத்தாவிலிருந்து தான் சணல் வரவழைக்கணும். பொருளுக்கான முழுத்தொகையும் செலுத்திதான் மூலப் பொருளான சணலை வாங்க முடியும்.

''எங்களுடைய குடும்பச் சூழ்நிலையைப் புரிஞ்சுகிட்டு எங்க தொண்டு நிறுவனம் லோன் ஏற்பாடு



திருக்கிறதா தகவல் கேள்விப்பட்டோம். எங்க விழுப்புரம் மாவட்டத்திலும் கல் குவாரிக்கான ஏலம் (2005) அறிவிச்சதும் எங்க மகளிர் குழுவுக்கு கொடுங்கன்னு வற்புறுத்தினோம்'' என்ற சந்திராவைத் தொடர்ந்தார் பேபி.

''நாங்க கல்குவாரி ஏலம் கேட்டிருக் கோம், உதவி செய்யுங்கன்னு எங்க தொண்டு நிறுவனத்திடமே தஞ்சம் போனோம். அவங்க ஏற்பாடு செய் றேன்னு வாக்குறுதி கொடுத்துட்டாங்க. ஆனா ஊர்ல, 'மாத்திக்கட்ட நல்ல புடவை கூட இல்ல. இவங்கல்லாம் முதலாளி ஆகணும்னு கனவு காண்றாங்க'ன்னு எங்க காதுபட கேலி பேசுவாங்க.

''சளைக்காம முயற்சி செஞ்சதுல எங்களுக்கே கல்குவாரி ஏலம் கிடைச்சது. தினமும் அம்பது ரூபாய்க்கு கூலி வேலை செஞ்ச நாங்க, எங்க தொண்டு நிறுவன உதவியால, நாலரை லட்சம் லோன் வாங்கி, ஏலத்தொகை கட்டி கல்குவாரிக் குள்ள நுழைஞ்சப்ப சந்தோஷத்துல அழுதுட்டோம்'' என்றார்.

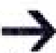
''தினமும் மூணு வேளை சாப்பாட் டுக்கே கஷ்டப்பட்டிருக்கோம். கல்குவாரி ஏலம் எடுத்த இந்தநாலு வருஷத்துல எங்க வாழ்க்கைத் தரம் உயர்ந்திருக்கு.

''எங்க குழந்தைகளை நகரத்துக் கல் லூரியில படிக்க வைக்கிறோம். வறுமைக் கோட்டுக்குக் கீழேயிருந்த எங்க நாப்பது குடும்பமும் இன்னிக்கு நடுத்தர வர்க்க நிலைக்கு மாறியிருக்கு'' என்று பெருமை யுடன் சொல்கிறார் தனலட்சுமி.

''அதுமட்டுமா? நாங்க வாங்கின லோனில் இன்னும் முப்பதாயிரம்தான் மிச்சமிருக்கு. ஆரம்பத்தில் ஒத்துழைப்பு கொடுக்க மறுத்த எங்க வீட்டு ஆம் பிளைங்க இன்னிக்கு எங்களுக்கு ஒத்தாசையா இருக்கதான் விரும்பறாங்க'' என்றபடி முடித்துக் கொண்டார் தாயம்மா.

கல்வி கேந்திரா தொண்டு நிறுவனத் தின் திட்ட ஒருங்கிணைப்பாளர் விஜய ராணியிடம் பேசியபோது ''விழுப்புரம் மாவட்டத்தில் 3747 மகளிர் குழுக்கள் எங்களின் கீழ் இயங்குகின்றன. தனிப் பட்ட முறையில் தொழில் செய்யும் பெண்களைவிட, குழுக்களாக இணைந்து செயல்படும் மகளிர் குழுதான் எங் களிடம் அதிகமாயிருக்கு. சலுகைகள் கிடைக்குதுன்னு மகளிர் குழுவை உரு வாக்காம அவங்க சாதிக்கிற அளவுக்கு உருவாக்கணும். அப்பதான் கிராம மக் களின் வாழ்க்கைத் தரம் உயரும். இதன் மூலம் நாட்டின் பொருளாதாரமும் உய ரும் இதுதான் எங்க குறிக்கோள்'' என்ற படி விடைபெற்றார்.





செய்து கொடுத்ததோட, அலுவலகத்துக்கான இடமும் இலவசமா கொடுத்தாங்க" என்றவர் சிறிய இடைவெளிவிட்டு தொடர்ந்தார்.



"சணல்பைக்கு தட்டுப்பாடு இருந்ததால ஆர்டர் கிடைக்கிறதுல பிரச்னை இல்லை. ஆரம்பத்துல சின்ன பர்ஸ், கைப்பை அப்படிதான் தொடங்கினோம். இன்னிக்கு ஆஃபிஸ் ஃபைல், எக்ஸிகியூட்டிவ் பை, ஸ்கூல் பை தொடங்கி லெதர்ல என்னென்ன மாடல் இருக்கோ அதைவிட டிசைனா, நூறுவிதமான பைகள் தைக்கிறோம்.



"விசேஷ நாட்களில் கிஃப்ட் கொடுக்கவும் நிறைய ஆர்டர் வரும். இப்ப க்ளிப்பில் இருந்து காது தோடு, கழுத்துக்கு மாலை, வளையல்னு ஃபேன்சி நகையும் சணல் மூலமா செய்யறோம்.

"நாங்க ஒவ்வொருத்தரும் வேற வேற இடத்துல இருந்து இங்க (அயனாவரம்) வர்றோம். எங்களோட தொழில் முன்னேற்றத்தைப் பார்த்து ரோட்டரி கிளப் சிறந்த மகளிர் குழு விருது கொடுத்திருக்கு. கூடிய சீக்கிரம் சென்னையில் இன்னொரு கிளை தொடங்கப்போறோம். ஆர்டர் அதிகமா இருக்கிறதால மத்த குழுவிலிருக்கும் பெண்களுக்கும் வேலை கொடுக்கணுமில்ல" என்று பெருமையாகச் சொன்னார் தனலட்சுமி.

"நாங்க பைகளுக்கு உபயோகப்படுத்தற பட்டன், கயிறு எல்லாமே கொட்டாங்குச்சி, காட்டன் கயிறு போன்ற இயற்கைப் பொருள்கள்தான். அதனாலதான் அரசாங்கம் எங்களுக்கு நிறைய ஆர்டர் கொடுக்குது. இப்ப நாங்க தைக்குறதுகூட அவங்க ஆர்டர்தான்" என்றபடி வேலையில் மூழ்கினார் பாக்யலக்ஷ்மி.

இவர்களை ஊக்குவித்துக் கொண்டிருக்கும் சொர்ணாம்பாள் கல்வி அறக்கட்டளை மற்றும் தொண்டு நிறுவனத்தின் முதல் நிலை மேலாளர் ஜோயல் "எங்களிடம் 1400க்கும் மேற்பட்ட குழு இருக்கு. எல்லாமே சுயதொழில் செய்யறாங்க. நாங்க குழு ஆரம்பிக்கும்போது அவங்களுடைய படிப்பறிவு, அனுபவ அறிவை சோதித்து அவங்களுக்குரிய பயிற்சிகளைக் கொடுப்போம். அதனாலதான் எல்லாருமே அவங்க தொழில்ல முன்னுக்கு வரமுடியுது" என்றார். அதைத் தொடர்ந்து "எங்க குழுவுல இருக்கிற பெண்களுக்கு 'திஷா'ங்கிற ஸ்காலர்ஷிப் கொடுக்கிறோம். அவங்க குழந்தைகளைப் படிக்க வைக்கிறதுக்கு எங்களால முடிஞ்ச சிறு உதவி" என்றார் திட்ட மேலாளர் சின்னசாமி.

- லக்ஷ்மி

(வீறுநடை தொடரும்)

பச்சை பட்டாணி சீஸ்பால்ஸ் இன் மலாய்



ரூ.250/- பரிசு பெறும் ரெஸிபிகள்!

தேவையான பொருள்கள்

பச்சை பட்டாணி - 2 கப்

தோல் நீக்கி வேக வைத்த உருளைக்கிழங்கு - 2

குடை மிளகாய், வெங்காயம் - தலா 2

இஞ்சி, பூண்டு விழுது - 1 டீஸ்பூன்

பச்சை மிளகாய் - 4

சீஸ் துருவல் - 1 கப்

கொத்தமல்லி தழை சிறிதளவு

(சீஸ் துருவலை எண்ணெய் விட்டு, பிசிறி விடவும். அப்போதுதான் பொரிக்கும்போது கரையாமல் இருக்கும்.)

அரிசி மாவு (அ) சோளமாவு - 1/2 கப்

உப்பு - தேவையான அளவு

எண்ணெய் - பொரிக்க தேவையான அளவு

செய்முறை : பச்சை பட்டாணி, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், கொத்தமல்லி சேர்த்து மிக்ஸியில் கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். (அடைக்கு அரைக்கும் பதம்).

வாணலியில் சிறிதளவு எண்ணெய்விட்டு வெங்காயம், குடைமிளகாய் வதக்கி பிறகு, அரைத்த பச்சை பட்டாணி விழுதைச் சேர்க்க வேண்டும். பிறகு, மசித்த உருளைக் கிழங்கு, துருவிய சீஸ் போட்டு நன்றாகப் பிசையவும். அரிசி மாவு (அ) சோளமாவு போட்டு தேவையான உப்பு சேர்த்துக் கெட்டியாகப் பிசையவும்.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு,

குக்கரி

குக்கரி க்வீன் போட்டிக்கு வந்து குவிந்த சமையல் குறிப்புகளைப் பொறுமையாக அலசி, சிறந்தவற்றைத் தேர்ந்தெடுத்துத் தந்த தெய்வநாயகிக்கு நன்றி!



மிதமானத் தீயில் பச்சை பட்டாணி சீஸ் கலவையை எலுமிச்சையளவு உருட்டி பொரித்து எடுக்கவும். பச்சை பட்டாணி சீஸ் பால்ஸ் ரெடி.

மலாய் செய்ய தேவையான பொருள்கள்:

கடைந்த பாலேடு அல்லது ஃப்ரெஷ் க்ரீம் - 1 கப்

முந்திரி - 10

வெண்ணெய் - சிறிது

பாலில் ஊற வைக்க :

பட்டை, கிராம்பு, ஏலக்காய் - சிறிதளவு

சிவப்பு மிளகாய் - 4

பால் - 1 கப்

சின்ன வெங்காயம் - 4

அலங்கரிக்கத் தேவையான பொருள்கள்:

வெங்காயத் தாள்

துருவிய சீஸ் சிறிதளவு

கொத்தமல்லி தழை

க்வீன்!

மிக்ஸ் அண்ட் மேட்ச் சமையல் போட்டி முடிவுகள்!

கண்டிப்பாகப் பயன்படுத்த வேண்டிய பொருட்கள் : பச்சை பட்டாணி + சீஸ்

மலாய் செய்முறை : பட்டை, கிராம்பு, ஏலக்காய், சிவப்பு மிளகாய், சின்ன வெங்காயம் சேர்த்து பாலில் பத்து நிமிடம் ஊறவைத்து மிக்ஸியில் நைஸாக அரைத்துக் கொள்ளவும்.

வாணலியில் சிறிது வெண்ணெய் போட்டு, அரைத்த விழுது கொட்டிக் கிளறவும். பச்சை வாசனை போனதும் மேலும் சிறிது பால் சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும். பிறகு உப்பு சேர்க்கவும். கிரேவி பதத்துக்கு வந்தவுடன் அடுப்பி லிருந்து இறக்கி ஃப்ரெஷ் க்ரீம் சேர்த்து, நன்றாகக் கிளறவும்.

மலாய் கிரேவியோடு பொரித்து வைத்துள்ள பச்சை பட்டாணி சீஸ் பால்ஸ் சேர்க்கவும்.

அதன் மேல் சீஸ் துருவல் வெங்காயத் தாள், கொத்தமல்லி போட்டு அலங்கரிக்க வும்.

ரொம்ப ரிச்சாக வேண்டும் என்றால் முந்திரி வறுத்துச் சேர்க்கவும். 'பச்சை பட்





டாணி சீஸ் பால்ஸ் இன் மலாய்' ரெடி. சப்பாத்தி, புலாவுக்கு ஏற்றது.

- சீதா ராகவன், சென்னை



சீஸ், பீஸ் கச்சோரி

தேவையான பொருள்கள்:

மேல் மாவுக்கு : மைதா - 1 1/2 கப், உப்பு - 1/2 டீஸ்பூன்

நெய் - 2 டீஸ்பூன்

சமையல் சோடா - ஒரு சிட்டிகை

பூரணம்

வேகவைத்த பச்சை பட்டாணி - 1 கப்

வெந்து, மசித்த உருளைக் கிழங்கு - 1 கப்

பொடியாக அரிந்த பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, கொத்தமல்லி - தேவையான அளவு

கரம் மசாலாத் தூள் - 1 டீஸ்பூன்

சீஸ் துருவல் - 3/4 கப்

உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை : முதலில் மேல் மாவு தயாரிக்க, உப்பு, நெய், சமையல் சோடாவை ஒரு தட்டிலிட்டு நன்கு நுரைக்கத் தேய்க்கவும். மைதாவைச் சேர்த்து, மாவு ரவை போல் உதிர்ந்து, வரும் வரை கையால் தேய்த்துக் கலக்கவும். பிறகு, சிறிது சிறிதாக நீர் சேர்த்து, கெட்டியாகக் கலந்து (பூரி மாவு போல்) பதினைந்து நிமிடங்கள் வரை ஊற வைக்கவும்.

பூரணம் : வேக வைத்த பட்டாணி, மசித்த உருளைக்கிழங்கு, பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, கொத்தமல்லி, கரம் மசாலாத் தூள், உப்பு போன்றவற்றை நன்கு கலந்து, சிறிய எலுமிச்சை அளவு உருண்டைகளாக்கவும். ஒவ்வொரு உருண்டைக்குள்ளும், குழி செய்து ஒரு டீஸ்பூன் சீஸ் துருவலை நிரப்பி, மூடிவிட்டு, வடை போல் தட்டவும்.

மேல் மாவை, சிறு உருண்டைகளாக்கி, மெல்லிய பூரிகள் இடவும். இரு பூரிகளுக்கு நடுவில் சீஸ் பீஸ் (பூரணம்) வடையை வைத்து ஓரம் பிரியாமலிருக்க, விரலால் லேசாக ஓரங்களைச் சுற்றிலும் முறுக்கவும் (சோமாஸுக்கு செய்வது போல்).

எண்ணெயைக் காய வைத்து, தயார் செய்துள்ள கச்சோரிகளைப் பொன்னிறமாகப் பொரித்து, சூடாக, தக்காளி ஸாஸுடன் பரிமாறவும்.

இந்த ஸ்டஃப்ட் பூரிகளை, தோசைக் கல்லில், சுற்றிலும் சிறிது எண்ணெய் விட்டு, இருபுறமும் திருப்பிப் போட்டு, பாட்டீஸ் போலும் செய்யலாம். (ஷாலோ ஃப்ரை) இந்த சீஸ்பீஸ் பாட்டீஸ், தக்காளி ஸாஸ் மற்றும் புதினா சட்னியுடன் சாப்பிட சுவையாக இருக்கும்!

- வசுமதி கிருஷ்ணசுவாமி, பெங்களூரு

பீஸ் ஸ்டஃப்ட் பராத்தா

தேவையான பொருள்கள் :

கோதுமை மாவு - 250 கிராம்

பச்சை பட்டாணி - 1 கப்

கேரட் - ½ கப் (பொடியாக நறுக்கியது)

சீஸ் துருவல் - 1 மேஜைக் கரண்டி

பச்சை மிளகாய் - 4 (பொடியாக நறுக்கியது)

துருவிய இஞ்சி - 1 தேக்கரண்டி

மஞ்சள் பொடி - ½ தேக்கரண்டி

சீரகம் - தாளிக்க தேவையான அளவு

பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு

உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான அளவு

புதினா பச்சை சட்னி செய்ய தேவையான பொருள்கள் :

புதினா - 1 கட்டு,

இஞ்சித் துண்டு - சிறிது

பச்சை மிளகாய் - 2

வெல்லம் - ஒரு சிறு கட்டி

உப்பு - தேவையான அளவு

கெட்டியான புளி கரைசல் - 3 தேக்கரண்டி (அ) எலுமிச்சை சாறு - 1 மேஜைக்கரண்டி

புதினா, இஞ்சி, பச்சை மிளகாய், வெல்லம், உப்பு அனைத்தையும் நன்கு சுத்தம் செய்து அரைத்துச் சட்னி செய்து கொள்ளவும். புளி கரைசலையோ அல்லது எலுமிச்சைப்பழச் சாறையோ புதினா அரைத்த விழுதுடன் சேர்க்க, புளிப்பும் இனிப்பும் மிக்க சுவையான சட்னி ரெடி. இந்த க்ரீன் சட்னி ஸ்டஃப்ட் பரோட்டாவுக்கு ஏற்றது.

பரோட்டா செய்யும் முறை : முதலில் கோதுமை மாவை மிருதுவாகப் பிசைந்து வைத்துக் கொள்ளவும். மாவு குறைந்தது பதினைந்து நிமிடங்களாவது ஊறினால் தான் பரோட்டா மிருதுவாக இருக்கும்.

வாணலியில் எண்ணெய் விட்டு சீரகத்தை தாளித்தவுடன் பச்சை மிளகாய், இஞ்சி, பச்சை பட்டாணி, பொடியாக நறுக்கிய கேரட், மஞ்சள் பொடி தூவி உப்பு சேர்த்துக் கிளறி ஐந்து நிமிடங்கள் ஒரு தட்டினால் மூடி, மிதமான சூட்டில் வதக்கவும். ஐந்து நிமிடங்களில் பட்டாணியும், கேரட்டும் வெந்து விடும்.

அவை ஆறியதும், மிக்ஸியில் (தண்ணீர் விடாமல்) கரகரப்பாக அரைத்துக் கொண்டு துருவிய சீஸையும் கொத்த மல்லி தழையும் சேர்த்தால் பூரணம் ரெடி.



மாவை ஒரு எலுமிச்சம் பழ அளவுக்கு எடுத்து, உருட்டி கிண்ணம் போல குழித்துக் கொள்ளுங்கள். அதற்குள் சிறிது கோதுமை மாவை தூவி, இரண்டு தேக்கரண்டி அளவு பட்டாணி பூரணத்தை எடுத்து வைத்து மூடி சப்பாத்தி கல்லில் வட்டமாக இட்டுக் கொள்ளுங்கள். பிறகு, தோசைக் கல்லில் எண்ணெய் தடவி இரண்டு பக்கமும் திருப்பி போட்டு பொன்னிறமாக எடுக்கவும். இதை சுடச்சுட கிரீன் புதினா சட்னியுடன் சாப்பிட ருசியாக இருக்கும்.

- வஸந்தா, சென்னை

சீஸ் பட்டாணி சான்ட்விச்

தேவையான பொருள்கள் :

ஊற வைத்த பட்டாணி - 1 கப்

கேரட், வெங்காயம், தக்காளி - (சிறு துண்டுகளாக நறுக்கியது) - தலா 1 கப்

நறுக்கிய பீன்ஸ் - 1/2 கப்

எண்ணெய், மிளகாய்த்தூள், மஞ்சள் தூள், உப்பு - தேவையான அளவு

தாளிக்க பட்டை - 1, லவங்கம் - 1 சோம்பு - சிறிது

கொத்தமல்லி தழை - சிறிதளவு

ப்ரெட், வெண்ணெய் - தேவைக்கேற்ப

செய்முறை : முதலில் வாணலியில் சிறிது எண்ணெய் விட்டு, காய்ந்தவுடன் பட்டை, லவங்கம் சோம்பு தாளித்து, நறுக்கிய வெங்காயத்தைப் போட்டு நன்கு வதக்கவும். பட்டாணி மற்றும் காய்களை ஒவ்வொன்றாகச் சேர்த்து நன்கு வதக்கிய பின் தேவையான அளவு மிளகாய்த் தூள், மஞ்சள் தூள் உப்பு சேர்த்து நன்கு கிளறவும்.

கிராமியமணம்!



கோவை மாவட்டம் 'சுந்தே கவுண்டன் சாவடி'ங்கிற குக்கிராமம் தான் எங்க ஊரு. மிக மிக வறுமையான குடும்பம். ஐந்து கிலோ மீட்டர் நடந்து போய் ஆரம்பப்பள்ளி படிப்பை முடிச்சு, பதினெட்டு கிலோ மீட்டர் பஸ்ல போய் கோவையில் படிச்சேன். எங்க பரம்பரையிலேயே பட்டப்படிப்பு வாங்கிய முதல் ஆள் நான்தான். சின்ன வயசுல ஏற்பட்ட கஷ்டம்தான் படிப்படியா என்னைப் பக்குவப்படுத்தின தோடு பெரிய உழைப்பாளனாவும் ஆக்கியிருக்கு. வறுமையான குடும்பத்திலிருந்து இன்னிக்கு இந்த மிகப் பெரிய நிறுவனத்துல நானும் ஓர் இயக்குநர். என்னுடைய வெற்றிகளை என் கிராமத்துக்குக் காணிக்கை ஆக்குறேன். என் கிராமம் அதை ஏத்துக்கிட்டா, அதைவிட எனக்கு வேற பெருமை இல்ல!



* கவிதாசன் (இயக்குநர், ரூட்ஸ் நிறுவனங்கள்)

சிறிது தண்ணீர் தெளித்து, எண்ணெய் பிரிந்து வரும்வரை நன்கு வேகவிடவும். பின் இறக்கி, பொடியாக நறுக்கிய கொத்தமல்லி, தழையைத் தூவவும்.

தோசைக் கல்லைச் சூடாக்கி, சிறிது வெண்ணெய் தடவிய ப்ரெட் துண்டுகளை டோஸ்ட் செய்து ஒரு ஸ்லைசின் மீது ஒரு லேயர் பட்டாணி மசாலாவை வைத்து அதன் மேல் துருவிய சீஸ் துண்டுகளைப் போட்டு சிறிது சூடாக்கி அதன் மேல் மற்றொரு டோஸ்டட் ப்ரெட்டை வைத்துப் பரிமாறவும்.

- கே.வி.ராஜலக்ஷ்மி, பட்டுக்கோட்டை

க்ரீன் பீஸ் 65

தேவையான பொருள்கள் :

பச்சை பட்டாணி - 1 கப்
பெரிய உருளைக் கிழங்கு - 1
சீஸ் துருவல் - 1 டீஸ்பூன்
இஞ்சி, பூண்டு விழுது - 1/2 டீஸ்பூன்
கார்ன் ஃப்ளார் - 2 டீஸ்பூன்
பொட்டுக்கடலைத் தூள் - 1/2 கப்
மிளகாய்த் தூள் - 1/2 டீஸ்பூன்
உப்பு, எண்ணெய் - தேவையான அளவு

செய்முறை : பட்டாணியைக் குழைய வேக வைத்து நன்கு மசித்து கொள்ளவும். உருளைக் கிழங்கு வேகவைத்து தோல் நீக்கி அதையும் நன்றாக மசித்து வைக்கவும்.

ஒரு கிண்ணத்தில் வேகவைத்த பட்டாணி + உருளைக் கிழங்கு மசியலை போட்டு, துருவிய சீஸையும் கையால் நன்கு மசித்து அதனுடன் சேர்க்கவும். இஞ்சி - பூண்டு விழுது, மிளகாய்த் தூள், கார்ன் ஃப்ளார் பவுடர், தேவையான உப்பு சேர்த்து நன்கு பிசையவும் (நீர் சேர்க்க வேண்டாம்).

கடைசியாக, பொட்டுக்கடலைத்தூள் சேர்த்துப் பிசைந்து, விரல் நீள வடிவமாக உருட்டிக் கொள்ளவும்.

எண்ணெயைக் காயவைத்து மிதமான தணலில் இரண்டிரண்டாகப் போட்டு பொன்னிறமாகப் பொரித்தெடுத்து தக்காளி சாஸுடன் பரிமாறவும்.

சூடான க்ரீன் பீஸ் 65 ரெடி!

- நிர்மலா தேவி, திருச்சி





அக்கறை இல்லைன்னா அவஸ்தைதான்!

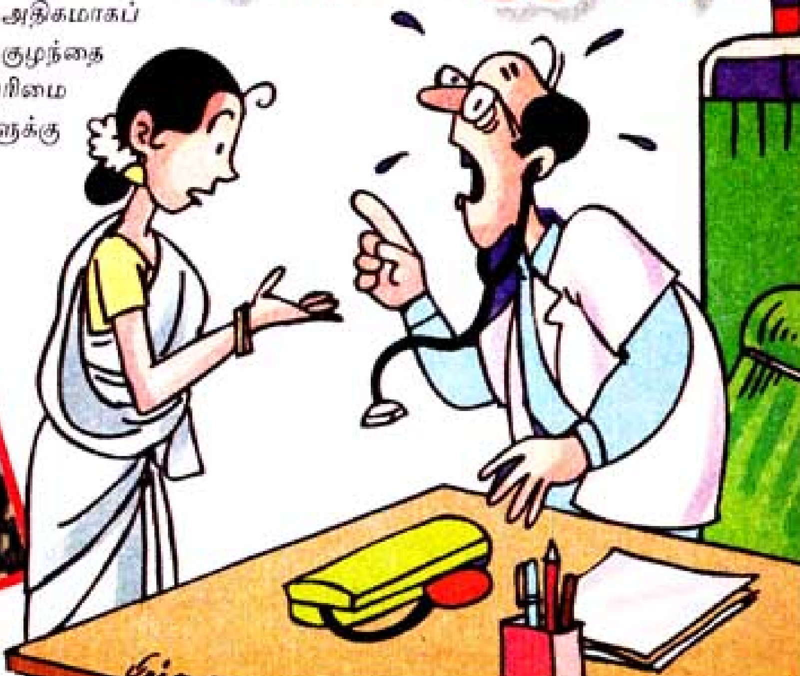
''பெரும்பாலும் ரத்த சோகை எனப்படும் அனீமியா கிராமத்துப் பெண்களை அதிகம் தாக்கும். பெண்கள் தங்கள் உடல் சுகாதாரத்தை அலட்சியம் செய்வதால், அவர்களுக்கு சிறுநீர்ப் பாதைத் தொற்று உண்டாகிறது. ஆர்த்ரைட்டிஸ் மற்றும் ஆஸ்ட்டியோ - பொரோஸிஸ் எனப்படும் எலும்புத் தேய்மான பாதிப்புகளும் அவர்களுக்கு ஏற்படுகிறது.'' - டாக்டர் பாலநாக நந்தினி, எம்.டி., கீழ்ப்பாக்கம் மருத்துவக் கல்லூரியின் உதவி பேராசிரியர்.

''எலும்புத் தேய்மான நோய்க்கு என்ன காரணம்?'' என்று கேட்டோம்.

''கால்ஷியம் சத்துக் குறைவுதான் எலும்புத் தேய்மான பாதிப்பு உண்டாகக் காரணம். பொதுவாகவே மால்நியுட்ரிஷன் எனப்படும் ஊட்டச் சத்து குறைபாடும் அதிகமாகப் பாதிக்கிறது. வீட்டில் குழந்தைகளுக்கு முன்னுரிமை கொடுத்து, அவர்களுக்கு உணவு கொடுத்த பின்னரே, மிச்சம் மீதி இருந்தால் பெண்கள் உட்கொள்கிறார்கள். எனவே, அவர்களுக்கு வயிற்றுக்குக் கிடைப்பது மிகவும் குறைவு'' என்கிறார் டாக்டர் பாலநாக நந்தினி.

''அது மட்டும்தானா?''


டாக்டர் பாலநாகநந்தினி



''கிராமங்களில், பெண்களுக்கு கருத் தரிப்பும் கருக்கலைப்பும் சில சமயங்களில் அவர்களின் ஆரோக்கியத்தைப் பாதிக்கிற அம்சமாக இருக்கிறது. அவர்கள் இதைக் கையாளும் முறை சரியானதாக இல்லை. அதனால் உடல் சோர்வடைந்து நோய் - எதிர்ப்புச் சக்தி குறைந்து, கருப்பை கீழ் இறங்கி விடுவதும் இவர்களிடையே அதிகமாகி வருகிறது.''

''அனீமியா அல்லது ரத்த சோகைக்கு, அதிக ரத்தப்போக்கும் ஒரு காரணம். பெண்கள் தங்கள் உடல் சுகாதாரத்தில், கவனம் செலுத்துவதில்லை என்பதால் இன்ஃபெக்ஷன் உண்டாகி, பின்னர் அதுவே புற்றுநோய் வரவும் வாய்ப்பாக அமைந்து விடுகிறது. எனவே மாத விலக்குச் சமயத்தில் பெண்கள் உடல் சுகாதாரத்தில் கவனம் செலுத்தவேண்டும். பரம்பரையாகக் கையாண்டு வரும் முறையிலிருந்து மாறி, பாதுகாப்பான முறையை மேற்கொண்டால்தான் நோய்த் தொற்றைத் தவிர்க்க முடியும்!'' என்கிறார் டாக்டர் பாலநாகநந்தினி.

''கிராமங்களில் பெண்கள் வெறுங் கால்களுடன் நடப்பதும், பயன்படுத்தும் குடிநீர் சுத்தமாக இல்லாமலிருப்பதும், கொக்கிப் புழு போன்றவற்றின் உபாதை கள் வரக் காரணமாக இருக்கிறது. மேலும், அவர்கள் வேலை செய்யப் போகிற இடங்களில் பாதுகாப்பாக செருப்பை அணிந்து கொண்டு செல்ல முடியாது என்பதாலேயே, புழுக்கள் இவர்கள் உடலுக்குள் கால் வழியே சென்று விடக் காரணமாக இருக்கிறது.

இன்னொரு குறிப்பிடத் தகுந்த நோய் பாதிப்பு, கன்னங்களில் வரும் புற்று நோய். அதற்குக் காரணம், அவர்கள் புகையிலை உபயோகிப்பதும், அதை வாய்க்குள் அடக்கி வைத்துக் கொள்வதும்தான்.''

''கிராம மகளிர் சொந்த உடல் சுகா தாரத்தை, அவசியம் பேணிக் காக்க வேண் டும்'' என்பதை வலியுறுத்திச் சொல்கிறார் டாக்டர் பாலநாகநந்தினி.

- எஸ்.வி.என்.

கிராமயணம்!

கோவை - திருச்சி பாதையில் உள்ள சூலூர்தான் என்னோட கிராமம். பச்சைப் பசேல் ஊர். அங்கே இருந்த சி.எஸ்.ஐ. பள்ளியில்தான் படிச்சேன். ஒரு வசதியும் இல்லாத காலத்திலேயே, நாடகம் போட்டதையெல்லாம் நினைச்சா ஆச்சர்யமா இருக்கு. வாட்ச், சைக்கிள் எல்லாத்தையும் அடகு வெச்சு டிராமா போடுவோம். அப்புறம் ஒரு வாரம் வீட்டுக் பக்கம் தலைகாட்ட மாட்டோம். இப்படியெல்லாம் தயாராகிதான் இயக்குநராக முடிஞ்சது.


● மணிவண்ணன்

வாசகியரின் 'பளீர்' கேள்விகளுக்கு ஓவியர் ஸ்யாம் தந்த 'பளிச்' பதில்கள்!

வாழ்க்கையில் முன்னேற நச்சுன்னு ஒரு கருத்து சொல்ல முடியுமா?

- எம்.கே.அருள்ராஜா - முனியங்குறிச்சி

சிக்னல்தாங்க! நில், கவனி, செல்!

ஒரு சிறுகதைக்கான ஓவியத்தை, எவ்வளவு நேரத்தில் வரைந்து முடிப்பீர்கள்?

- ராமகிருஷ்ணன் - புதுக்கோட்டை

இருபது அல்லது இருபத்தைந்து நிமிடங்களில்...

உங்களது முதல் ஓவியம் பத்திரிகையில் வெளியானபோது உங்களது மனநிலை எப்படி இருந்தது?

- ராம்சுப்ரமணி, திருவாரூர்

சம்பாதிக்க ஆரம்பித்துவிட்டோம் என்ற தன்னம்பிக்கை வந்தது. அப்பொழுது எனக்கு பதினைந்து வயது!

பெண் ஓவியர்கள் அதிக அளவில் உருவாக வழி சொல்லுங்களேன்?

- ராமகிருஷ்ணன், காயக்காடு

ஒரே வழிதான். ஆண்களை ரசியுங்கள்!



பெப்பர் பாப்கார்ன்

தங்களுக்குப் பிடித்த உணவு?

- மேகா, திருவண்ணாமலை

மீன், இளநீர்பாயசம்!

யாருடைய கதைக்கு ஓவியம் வரைவது மிகவும் சிரமம்? யாருடைய கதைக்கு வரைவது சுலபம்?

- விமல், காரைக்குடி

செக் சரியா வந்தா, எல்லாமே ஈஸிதான்!

தாங்கள் ஓவியத் துறைக்கு வந்தது எப்படி?

- காளிதாஸ், சிதம்பரம்

பஸ் ஏறிதான்!

அமரர் சுஜாதாவுடனான நட்பு எப்படி?

- ஜெரினாகாந்த், சென்னை

என்றும் இளமை! அவர் ஒரு மிகச் சிறந்த ஓவியர் என்பது பலருக்கும் தெரியாது. பல வெளிநாட்டு ஓவிய புத்தகங்களை அவர் நினைவாக எனக்குக் கொடுத்திருக்கிறார். அவர் கொடுத்த புத்தகங்களில்





அவரே என்னோடு இருப்பதாக உணர்கிறேன்.

***ஓ**வியர் என்றாலே ஒரு ஜோல்னா பையும் ஆழ்ந்த சிந்தனையுடன் கூடிய முகமும் ஞாபகம் வருகிறதே நீங்கள் எப்படி?*

- கே.கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

சினிமா படங்கள், விளம்பர படங்களுக்கென உள்ள ஸ்டோரி போர்ட் மற்றும் ஃபேஷன் டிஸைனிங் துறையில் பிஸியாகவே உள்ளேன்.

***க**ல்கி, சாண்டில்யன் போன்றோரது நவீனங்களுக்கு ஓவியங்கள் தீட்டும் பேறு அமையவில்லையே என்று ஆதங்கப்*

பெண் என்பவள் ஓவியமா? சிற்பமா?

ஃபோட்டோவைப் பாருங்க.

***நீ**ங்கள் குலதெய்வம் என்ன?*

- குமார், வேலூர்

அம்மா!

***நீ**ங்கள் திரைத் துறையில் பணியாற்றிய அனுபவம் உண்டா?*

- மணி, திருச்சி

பட்டதுண்டா?

- சேகர், கள்ளக்குறிச்சி

ஓவியங்கள் தீட்டியுள்ளேன். கல்கியின் 'தியாக பூமி', 'பார்த்திபன் கனவு' சாண்டில்யன் புத்தகத்தின் முகப்பு ஓவியங்களை வரையும்போது உள்ளம் மகிழ்ச்சி அடைந்தது.

***கா**ந்தி தாத்தாவின் பொக்கை வாய்*

சிரிப்பு, மோனாலிசா ஆன்ட்டியின் இதழ் பிரியாப் புன்னகை இரண்டில் எது ஸ்யாமின் சாய்ஸ்..?

- கோமதி, நெல்லை

மோனலிசா புன்னகையில் பற்கள் தெரியாத வரை அழகு. காந்தியின் புன்னகையில் பற்கள் இல்லாமலே அழகு!



அடுத்த 'பெப்பர் பாப்கார்னில்'

நடிகை ஆர்த்தி

பதிலளிக்கிறார். வாசகியர் ஜாலி கேள்விகளை அனுப்பலாம்!

ஸ்யாம் சார்! ஷ்யாம் என்பது தானே சரி?

- யாழினி பர்வதம், சென்னை

தப்புதான் யாழினி! ஆனா, அதுதான் எனக்கு சரி!

ஓவியம் என்பது சூட்சமத்திறனின் வெளிப்பாடு என்பதால் எக்ஸ்ரே கண்கள் என்ற விசேஷ அந்தஸ்தை ஓவியர்கள் அடைந்திருக்கக் கூடுமா?

- ஆர்.ஜி.காயத்ரி, திசையன்விளை

எக்ஸ்ரே கண்கள் இல்லீங்க. எக்ஸ்ட்ரா கண்கள்!

'மேலும் கீழும் கோடுகள் போடு அதுதான் ஓவியம்.' இப்படி ஒரு பழைய சினிமா பாட்டு உள்ளதே! ஓவியம் வரைவது அவ்வளவு எளிதா?

- ஹேமா, சென்னை

அது லே-அவுட் ஆர்ட்டிஸ்ட்-ஐ பற்றிய பாடல்.

நிர்வாணம் என்பது புனிதமா? ஆபாசமா?

- அனில், தெங்குமரக்காடு

'சரவணபெலகுலா'வில் கோமதேஸ்வரரின் சிலையைப் பார்த்திருக்கிறீர்களா? அது புனிதமாகக் கருதி பூஜிக்கப்படுகிறது. அதே சிலைக்கு உள்ளாடை போட்டால் ஆபாசமாக தெரியும்.

ஸ்யாமுக்குப் பிறகு புதிய ஓவியர்கள் யாரும் அறிமுகமாகவில்லையே என்ன காரணம்?

- கவிதா, கோவை

என் மூத்த ஓவியர்கள் பலர், கல் முள் உள்ள பாதைகளைக் கஷ்டப்பட்டு கடந்து வந்தார்கள். அதே பாதையை எனக்காகச் சுத்தப்படுத்தியிருந்தார்கள். நான் எளிதில் வளர்ச்சியடைய இதுவும் ஒரு காரணம். இனி வரும் ஓவியர்களுக்கு கலைப்பாதையானது பட்டுக் கம்பளம் விரித்துத் தயாராக இருக்கிறது.

உங்களது லட்சியம் எதன் அடிப்படையில் உள்ளது?

- உமா, பழனி

வாய்ப்பின் அடிப்படையில்.

தங்களது முதல் பத்திரிகை ஓவியம் எந்தப் பத்திரிகையில், யாருடைய கதைக்காக, எப்போது பிரசுரிக்கப்பட்டது?

- சாந்தி சுந்தர், சின்னசேலம்

பேசும் படம் நிறுவனத்தின் 'ராஜம்' மாத இதழில் ஓவியம் வரைந்தேன். ஆனால் முதலில் வெளிவந்தது ராஜேஷ் குமார் எழுதிய 'ஆகஸ்ட் அதிர்ச்சி' என்ற பத்து வார (1990 வருடம்) தொடர்கதை - நான் சென்னை வந்த நான்காவது நாளில், குமுதம் வார இதழில் இந்த வாய்ப்பு எனக்குக் கிடைத்தது. குமுதம் ஆசிரியர் என் மேல் நம்பிக்கை வைத்து இந்த வாய்ப்பைக் கொடுத்தார். அவருக்கு என் நன்றி!

பெண் என்பவள் ஓவியமா? சிற்பமா?

- சத்யநாராயணன், அயன்புரம்

பேசினால் ஓவியம்; பேசாவிட்டால் சிற்பம்!

ரோடு இருக்கு... பஸ்சு இல்லை!



கிராமியச் சிறப்பிதழ்

இந்த நூற்றாண்டில் இப்படியுமா என அதிர வைத்தன, நாம் விஸிட் அடித்த ஈரோடு, திண்டுக்கல் சுற்றியுள்ள கிராமங்கள்!

* ஒன்றுபட்ட போராட்டம் - சிக்கரசம்பாளையம்

''கொண்டப்பநாயக்கன் பாளையம் கிராம ஊராட்சிக்கு உட்பட்டது எங்களோட பளிஞ்சூர். இந்தப்பக்கத்தால நாங்க ரொம்ப வருசமா குடிசை போட்டிருக்கோம். தாழ்த்தப்பட்டவங்க வசிக்கற எடம்ங்கறதனாலயே எங்க ஏரியாவுக்கு எந்த நல்லதும் வர்றதில்ல. இங்கேருந்து ரெண்டு கி.மீ. தூரம் கொண்டப்பநாயக்கன்பாளையம். அவுத்ததான் ஸ்கூலு.

''இடையில ஓர் ஓடை ஒண்ணு மழை பெய்ஞ்சா இடுப்பளவு தண்ணி ஓடும். இதுல வேடிக்கை என்ன தெரியுமா? காலைல புள்ளைங்க ஸ்கூலுக்குப் போயிருக்கும். மதியானம் மழை பெய்ஞ்சதுன்னா, புள்ளைங்க அந்தப் பக்கமே நின்னுடும். நாங்கபோயி புள்ளைங்களை தோள்ல ஒக்கார வெச்சு, இந்தப் பக்கமா தூக்கிட்டு



* ஆர்.ஜானகி



* ஜெயலெட்சுமி



* சிவகாமி

வருவோம். ஓடையில தண்ணி ரொம்ப போனா ஸ்கூலு கட். எங்களுக்கு ரோடு வேணும். அந்த ஓடைக்கு குறுக்கால மரப்பாலமாவது அமைக்கோணும்!'' என்கிறார் பளிஞ்சூர் கிராமத்தின் சரகுமணி.

ஒரு ஊருக்கு ரோடு போட்டுட்டா மட்டும் பத்தாது. அது மேல பஸ்சு ஓடி வரணுமுங்கோ. அதெல்லாம் சும்மாங்காச்சும் பணம் சுருட்டுற வேலைங்கோ. ரோடு போட்டோம்னு சொல்லிப்புட்டு ஓட்டுக்கு வந்து நிக்குற சமாச்சாரம். எங்க ஊரு ரோடு ஏ கிளாஸ். பஸ்சு நோ கிளாஸ்!'' என்று நையாண்டி மறைந்திருக்கும் கோபத்துடன் குறை சொல்

கிராம அவலம்

கின்றனர் அம்மாபாளையம் கிராமத்தினர். சூப்பர் ரோடு வரவும் அம்மாபாளையம் கிராமம், தற்போது கஸ்தூரி நகர் என மாற்றம் பெற்றுள்ளது.

''பேரு மாறி என்னத்த பிரயோசனம்? ஊரு எதுலயும் மாறல. எங்க ஊரைச் சுத்தி நல்ல தார் ரோடு. பஸ்சு காலைல ஒண்ணு. சாயந்திரம் ஒண்ணு. பஸ்சு ரிப்பேரு இல்லாட்டி டயர் பஞ்ச்சருனு வெச்சுக்கங்க, அன்னைக்கி அம்பேல்தான். அஞ்சு வகுப்புக்கும் சேர்த்து ஒரு டீச்சர். என்னமோ ஓராசிரியர் ஒரு பள்ளின்னு சொல்றாங்க. பஸ்சு வரலைன்னு வெச்சுக்கங்க. அன்னைக்கு ஸ்கூல் லீவு. வேற வழியே இல்லை!'' என்கிறார் சண்முகப்ரியா.

''கஸ்தூரி நகர்ல நூறு வூடுங்க. அதுல யாருக்காவது சிக்கு பிணின்னா சத்தியமங்கலம்தான் போயாகணும். இங்கேருந்து அது பதினைஞ்சு கி.மீ. தூரம். எங்க ஊர்லேந்து நாலு கி.மீ. நடந்து போயி பஸ்சு ஏறி சத்தியமங்கலம் போய்ச் சேரணும். திரும்பி வரும்போதும் இதேதான். லேட்டாச்சுன்னா, இருட்டுல நடந்துதான் வரணும். இதுல மாசப்பொழுதுக்காரி (கர்ப்பிணி)ன்னா, ரொம்ப கஷ்டம். சத்தியமங்கலத்துலேந்து, பிஞ்சைமேடு வழியா கஸ்தூரி நகர் வந்து பீர்க்கடவு, கொத்தமங்கலம் வழியே பவானி சாகர் டேம் வரைக்கும் பஸ்சு விடணும். அதனால எங்க ஊரைச் சேர்த்து பதினைஞ்சு ஊரு சனங்க பலன் அடைவாங்க!'' எனக் கூறுகிறார் கைக்குழந்தை வைத்திருக்கும் சிவகாமி.

சத்தியமங்கலம் - மைசூர் தேசிய நெடுஞ்சாலையில் எட்டு கி.மீ. தூரத்தில் சிக்கரசம்பாளையம் கிராமம். சத்தியமங்கலம் ஊராட்சி ஒன்றியத்தில் பெரிய பஞ்சாயத்து இது. வாக்காளர்கள் மட்டும் 6,800. அரசு உயர்நிலைப் பள்ளி. துவக்கப் பள்ளி. நான்கு இடங்களில் ரேஷன் கடை. என்ன இருந்து... என்னா பிரயோசனம்?



* ''எப்ப விடியும்?''
- பனிஞ்சூர் மக்கள்

ஊருக்குள்ளார ஆங்காங்கே சுத்தி வர்றப்ப, மூக்கைப் பொத்திகிட்டுத்தான் போய் வரணும்.

''சிக்கரசம்பாளையம் பல பகுதிகளா பிரிஞ்சு கிடக்கு. ஒவ்வொரு பகுதியிலயும் எது இருக்கோ இல்லியோ கட்டாயம் ஒரு முள்ளுக்காடு இருக்கும். அதுக்கு தனித் தனியா ஒத்தையடிப்பாதை ரெண்டு இருக்கும். அந்த முள்ளுக்காடுங்கதான் எங்க ஊரு சனங்களுக்கு நிரந்தர கழிப்பிடம். ஒரு ஒத்தையடிப்பாதை பொம்பளைங்களுக்கு. இன்னொன்னு ஆம்பளைங்களுக்கு. இந்த சுகாதார சீர்கேட்டிலிருந்து எங்களுக்கு எப்போ விடிவு பொறக்கும்னு தெரியலை!'' என்கிறார் ஜெயலெட்சுமி.

ஐந்தாண்டுகளுக்கு முன்பு மகளிர் சுகாதார மையம் ஒன்று கட்டித்தரப்பட்



டுள்ளது. அது பயனற்று பாழடைந்து, சுற்றிலும் முட்புதர்கள் மண்டிக் கிடக்கிறது. ''சுடுகாட்டுக்கு பக்கத்தில் அது இருப்ப தால், ஆரம்பத்திலிருந்தே, கிராமத்துப் பெண்கள் அதைப் பயன்படுத்தச் செல்ல வில்லை. பொணம் எரிஞ்சுகிட்டு இருக் கும், எப்பிடி அதுக்குப் பக்கத்துலயே போயி பொம்பளைங்க மலஜலம் கழிக் கவோ, துணி துவைச்சிட்டு குளிச்சிட்டு வரவோ முடியுமா? அதான் அது பாழ டைஞ்சு போச்சு.

தனி நபர் கழிவறைக்கு ஆயிரத்தைந் நூறு ரூபா அரசு தருது. ஆனா, பத்தாயிரம் ரூபாய்க்கு மேல செலவாகும். அதனால தனி நபர் கழிவறைத் திட்டமும் எங்க ஊர்ல தோத்து போச்சு. முள்ளுக்காடு கழிப் பிடம் ஜெயிச்சு போச்சு. போன வருசம் எட்டாம் வகுப்பு படிச்சிட்டு இருந்த புனி தான்னு ஒரு பொண்ணு, இதெப் போல ஒரு முள்ளுக்காட்டு உள்ளே தான் பாலியல் பலாத்காரம் ஆகி செத்துப் போயிட்டா. இன்ன மும் குற்றவாளிகளைக் கண்டுபிடிக்கலை.

''பொம்பளைங்க முள்ளுக்காட்டுப் பக்கம் அவசரத்துக்கு ஒதுங்கினா, பல நேரங்கள்ல பாலியல் முயற்சி தொந்தரவு களுக்கும் ஆளாகிடுறாங்க. வெளியே சொல்ல முடியல. மங்கையர் மலர் மூல மாவது எங்க ஊரு பொம்பளைங்களுக்கு விடிவு பொறந்தா நல்லது!'' என்கிறார் சிக்கரசம்பாளையம் கிராம மகளிர் சுய உதவிக்குழுக்களின் கூட்டமைப்புத் தலைவி ஆர்.ஜானகி.

திண்டுக்கல், ஒட்டன்சத்திரம் சுற்றி யுள்ள கிராமங்களில் ஒரு விஸிட் வந்த போது, அதிர்ச்சி தரும் பல விஷயங்கள் காதில் விழுந்தன.

''பல வருஷமா கஞ்சா, அபின், போதை ஊசி மாதிரியான போதை மருந்துகள் ரொம்ப அதிகமா எங்க ஊர் மக்களை சீரழிச் சுக்கிட்டிருக்கு. இங்க இருக்கிற அரசாங்கப் பள்ளிகளோட வாசலிலே இதெல்லாம் சர்வ சாதாரணமா கிடைக்குதுங்கிறதனால, பதினாறு வயசுலேயே போதைக்கு ஆளா யிடறாங்க. கஞ்சா தூளை ஆம்லட்டுல கூட தூவி சாப்பிட்டுட்டு, 'சரக்கு' அடிச்சுட்டு தூங்கிற ஆம்பளைங்க இருந்தா, அந்த வீடும் கிராமமும் எப்படியிருக்கும்?

பெண்கள் கந்துவட்டி பிடியில தவிக்க றாங்க. இது எல்லாமே அரசியல் பலத் தோட நடக்கறதனால, எந்தப் புகார் கொடுத்தாலும் உள்ளூர் போலீஸ் கண்டுக் கறதில்ல. சம்பந்தப்பட்ட குடும்பமே, ''பேய் அடிச்சுடுச்சு. யாரோ சூனியம் வெச் சுட்டாங்க!''னு விஷயத்தை மூடி மறைச் சுடறாங்க. பெண்கள் நல அமைப்புகளும் தொண்டு நிறுவனங்களும் அதிரடி முயற்சி செய்தாதான் எங்களுக்கு விடிவுக்காலமே!'' என்கின்றனர் இந்த கிராமத்து மக்கள்!

கட்டுரை, படங்கள் :

ஸ்ரீரங்கம் திருநாவுக்கரசு



'கிராமங்கள்தான் நாட்டின் முதுகெலும்பு' என்றார் மகாத்ம
இன்றைய கிராமங்களின் நிலை என்ன? அவை இன்னும்
உயிர்ப்புடன் இருக்கின்றனவா என்று நமது
வாசகியரிடம் கேட்டபோது. பட்டிமன்றபாணியில் ஆணித்தர
வாதாட, பிரபல பேச்சாளர் பாரதி பாஸ்கர் தீர்ப்பு வழங்கின

கிராமியச் சிறப்பிதழ்

இன்னும் கிராமங்கள் / உயிர்ப்போ

ஆம்



எஸ்.லக்ஷ்மி, வைத்தீஸ் வரன் கோயில்

கிராமங்கள் உயிர்ப் போடு இருக்கிறதாலதான் உணவு பற்றாக்குறை இல்லாம இருக்கோம். அன்பு, அரவணைப்பு, ஆதரவு, உதவும் மனப்பான்மை கிராமத்து மக்கள்கிட்ட இருக்கு. இன்னிக்கும் கிராமத்துக்குப் போகும்போது அவங்க எல்லாருமே கிராமவாசிகளுக்குரிய பண்போடு தான் நடந்துகொள்வார்கள். இதை விட என்ன சாட்சி வேணும்?

சீதா சங்கர், ஆதம்பாக்கம்

நம்முடைய வாழ்வு, மனிதன்-இயற்கை-சமுதாயம் என்ற முக்கோணத்தில் நடக்கிறது. மனிதன் சமுதாயத்தை சார்ந்திருக்கிறான். சமுதாயம் இயற்கையைச் சார்ந்திருக்கிறது. விஞ்ஞான வளர்ச்சியில் மனிதன் உயரே பறந்தாலும் இயற்கை என்னும் தரையில் இறங்குவது நிச்சயம். உயிருள்ள வற்றால்தான் மற்ற வற்றை ஈர்க்க முடியும். அப்ப கிராமங்கள் இன்னும் உயிர்ப்போடு தானே இருக்கு?



பாரதி பாஸ்கரின் தீர்ப்பு :

'கிராமங்களில் உயிர்ப்பு இருக்கிறது' என்றும் 'இல்லை' என்றும் வாசகர்கள் எழுதித் தள்ளியிருக்காங்க. மங்கையர் மலர் வாசகர்களின் கிரியேட்டிவிட்டிக்குக் கேட்கணுமா? புத்திசாலித்தனத்தோடும் உயிர்ப்போடும் எழுதியிருக்காங்க!

''நம் வாழ்வு - மனிதன்; இயற்கை சமுதாயம் என்ற முக்கோணத்தில் நடக்கிறது. மனிதன் சமுதாயத்தைச் சார்ந்திருக்கிறான். சமுதாயம் இயற்கையைச் சார்ந்திருக்கிறது' என்று சீதா சங்கர் எழுதியிருப்பதில் சிந்தனை வலிமை தெரிகிறது. 'விளைநிலங்கள் எல்லாம் விலை நிலங்களாகிவிட்டன' என்று வார்த்தையில் விளையாடும் எம்.லக்ஷ்மி, 'குடும்பத்தில் ஒரு விவசாயி கட்டாயம் இருக்க வேண்டும்' என்று சட்டம் போடும் நிலை வரும் என பயமுறுத்தும் குமாரி சுந்தர்.

'சாதி, மதம், அரசியல்னு பிளவு பட்டிருக்கு கிராமங்கள்' என்று உண்மையை உடைக்கும் லலிதா சுப்ரமணியம். இப்படி எத்தனை கருத்துக் கருவூலங்கள். (நல்ல வேளை இவங்கல்லாம் இன்னும் பட்டிமன்றம் பேச வரலை. வந்தா நமக்கு சிக்கலாயிருக்கும்)

சீவிட்டிக் கழிச்சுப் பார்த்தா உயிரோடு



இருக்கின்றனவா?

இருப்பது என்றால் என்ன? இயக்கம் இருக்கணும். அந்த இயக்கமும் இயல்பா இருக்கணும். கோமாவில் இருப்பவர்களுக்குக்கூட சிறு சிறு இயக்கங்கள் இருக்கும். அவர்கள் உயிரோடுதான் இருக்கிறார்கள். ஆனால் உயிர்ப்போடு இல்லையே!

நேற்றைய கிராமங்கள் பற்றி என் பாட்டி, என் அத்தை சொன்ன விவரங்கள்... கருக்கலில் எழுந்து இருள் சாயும் முன் அடங்கிப் போகும் கிராமங்கள், அதிகாலையில் எழுந்து ஆற்றை நாடிப் போன வாழ்க்கை, கோயில் திருவிழாக்கள், டூரிங் டாக்கீஸ் சந்தோஷங்கள், வரப்பில் செருப்போடு நடக்கக் கூடாது என்ற ஊர்க்கட்டுப்பாடு, கூட்டுப் பொங்கல், மனிதர்களுக்கான மரியாதை, 'வணக்கங்க' போன்ற எளிய வார்த்தைகள் நிரம்பிய பேச்சு, வெள்ளந்தியான மனிதர்கள்... இவை நேற்றைய கிராமங்கள்.

எங்கள் நடுவர் (வேற யார்? சாலமன் பாப்பையாதான்) ஒரு சம்பவம் சொல்வார். பட்டிமன்றம் பேசப் போனப்போ ஒரு கிராமத்து வீட்டுத் திண்ணையிலே சாப்பாட்டு மூட்டையைப் பிரிச்சாங்களாம். அந்த வீட்டுக்காரர், திண்ணையிலே சாப்பிட அனுமதி கொடுத்தாராம். அவரையும்

இல்லை



எம்.லக்ஷ்மி, ஈரோடு

கிராமங்களில் இன்றைய நிலை என்ன? விளைவிலங்கள் எல்லாம் விலை நிலங்களாகிவிட்டன. ஆறுகள் வறண்டு விளையாட்டு மைதானமாகி விட்டன. காலப் போக்கில் கிராமங்கள் நம்மைப் பார்த்து 'எப்படி இருந்த நான் இப்படி ஆயிட்டேன்?'னு சொன்னாலும் ஆச்சர்யப்படுவதற்கில்லை.

குமாரி சுந்தர், மதுரை



கிராமங்கள் உயிரோடுதான் இருக்குன்னு சொல்ல ஆசையா இருக்கு. ஆனா, என் மகன் இன்ஜினியர், என் பொண்ணு டாக்டர்னு சொல்லிக்கதான் எல்லாரும் விரும்பறாங்க.

எதிர்காலத்தில் 'ஒரு குடும்பத்துக்கு ஒரு விவசாயி கட்டாயம் தேவை'னு சட்டம் வரலாம்.

லலிதா சுப்ரமணியன், விழுப்புரம்

தலைப்பு நல்லாதான் இருக்கு. ஆனா ரொம்ப லேட்டா யோசிச்சிருக்கோம். சினிமாவுல வர்ற மாதிரி கோடாலிக் குடுமியும், கொடுவா மீசையும், நீதி தவறாத வழிமுறையும் அன்னிக்கு இருந்துச்சு. இன்னிக்கு சாதி, மதம், அரசியல்னு பிளவு பட்டுல்ல கிராமங்கள் இருக்கு? மெல்ல மடியுது கிராமங்கள். இதைச் சொல்லக் குமுறுது நெஞ்சங்கள்னுதான் சொல்வேன்!





விசாலாட்சி, கோயம்புத்தூர்

ஆம்

கிராமங்கள் முப்பது சதவிகிதம் உயிர்ப்போடு இருக்கு. மழை அளவு குறைஞ்சதால, மக்கள் வெயில்ல கடுமையா உழைக்க விரும்பற தில்ல. தினமும் நகரத்துக்கு வந்து வேலை பார்த்துட்டு நாகரிக முகமூடியை மாட்டிக்கிட்டு கிராமத்துக்குப் போறாங்க. அந்தச் சதவிகித அளவு மேலும் குறையாம பாத்துக்கிறது நம்மகிட்ட இருக்கு.



அன்னபூரணி, பெங்களூரு

கிராமத்திலிருப்பவர்களைப் போல நம்மால உழைக்க முடியுமான்னு கேட்டா முடியாதுன்னு தான் சொல்வோம். வேலை செய்ய அஞ்சாததாலதான் அவங்களைச் சுற்றி ஆரோக்கியமும் இருக்கு. கிராமத்துக்குப் போனா அந்தப் பசுமையான இடத்தைவிட்டு வரவே யோசிப்போம். கிராமங்களின் உழைப்புதான் நகரவாசிகளின் உயிர்மூச்சு!

சாப்பிடக் கூப்பிடலாமா வேண்டாமான்னு எல்லாருக்கும் தயக்கம். ஒருவேளை, சாப்பாடு நமக்கே போதலைன்னா என்ன செய்யறதுன்னு பயம். கடைசியிலே, மிச்சம் இருந்தா கொடுக்கலாம்னு முடிவு செய்தாங்களாம். ஆனால், அந்த மனிதரோ முகம் தெரியாத இவர்கள் அத்தனை பேருக்கும் எவர்சில்வர் தூக்கு நிறைய மோர் கொடுத்து உபசரிச்சாராம். அதுதான் கிராமத்துப் பண்பாடு.

இன்றைக்கு? இதெல்லாம் பெரிய அளவில் சேதாரம் ஆகிவிட்டது. கிராமங்களில் கட்டுமானங்களை நாம் உறுதிப்படுத்தவில்லை. பொருளாதாரத் தன்னிறைவை உருவாக்கவில்லை. கல்வியைக் கொடுக்கவில்லை. ஆனால் அரசியல், சாதிசங்க கொடிகளைக் கொடுத்திருக்கிறோம்.

ஆரம்ப சுகாதார நிலையம்கூட இல்லாத கிராமத்திலும் இன்று மொபைல் ரீசார்ஜ் கார்டு கிடைக்கும். பள்ளிக்கூடம் இருக்காது. ஆனால் பெப்ஸியும், பெப்ஸோடெண்டும் இருக்கிறது. கிராமங்களில் நகர மனிதர்கள் போல வாழும் ஆசையை வளர்த்துவிட்டோம்.

விவசாயம் படுத்ததற்குக் விளைச்சல் குறைவு என்பது மட்டும் காரணம் இல்லை. விவசாயி மதிக்கப்பட வேண்டிய வன் என்று ஒரு தலைமுறைக்குக் கற்றுத் தராத நம் கல்வியும்தான்.

கோமா நிலையில் உயிர் வாழும் நோயாளி மாதிரி, இன்னமும் கொஞ்சம் மனித நேயமும் உழைப்புக்கு அஞ்சாத நேர்மையும் கிராமங்களில் இலேசாக உயிர்ப்புடன் இருக்கின்றன. அவற்றையாவது பாதுகாக்க குறைந்த பட்சம் முயற்சி எடுக்க வேண்டியதன் அவசியத்தை 'மங்கையர் மலர்' நமக்கு சுட்டிக் காட்டியிருக்கிறது.

மனசாட்சியைத் தட்டும் நல்ல முயற்சி. ஆனால் நம்மைச் சுடும் உண்மை? கிராமங்களில் இன்னும் கொஞ்சம் உயிர் இருக்கிறது! ஆனால் இயல்பான உயிர்ப்பு இல்லை!

எச்.சுமங்களா, சென்னை



நாம பண்பாடு, சுகாதாரம், இயற்கை வளம், கூட்டுக்குடும்பம்னு ஒவ்வொன்னா இழந்துட்டு வர்றோம். பெரியவங்க வழிகாட்டுதல் இல்லாம, பல சிக்கலுக்கு உள்ளாகி ஒருத்தருக்கொருத்தர் மன சஞ்சலத்தோடதான் வாழறோம். இதற்கெல்லாம் காரணம் நாகரிகங்கிற போர்வைதான்!

இல்லை

நீங்க லக்கி லேடீஸா?

உங்க ஃபோட்டோ பிரசுரமாகும்!



நமது வாசகியர் தங்கள் சொந்த ஊர்களில் (கிராமங்களில்) உள்ள உற வினர்கள் பேரில் சந்தா கட்டலாம். அவர்கள் மூலம் மங்கையர் மலரின் அருமை மற்றவர் களுக்கும் தெரியும்.

- மு. ஜான்ஸிராணி, சென்னை - 50

'மங்கையர் மலர்' ஒவ்வொரு குக்கிராமத்திலும்கூட பவனி வர இதயப் பூர்வமான வாழ்த்துகள். கிராமத்தில் உள்ள தெரிந்தவர்களுக்கு/ நண்பர்களுக்கு பரிசளிக்க சந்தர்ப்பம் கிடைக்கும்பொழுது 'மங்கையர் மலர்' இதழுக்கு ஓராண்டு/ ஈராண்டு சந்தா கட்டி பரிசளிக்கலாம். (ஐடியா ஓ.கே.வா?)

- என்.பாலகிருஷ்ணன், மதுரை

'மங்கையர் மலர்' படிக்கும் ஒவ் வொரு வாசகியும், கிராமப்புறத்தில் இருக் கும் தனது தோழி/உறவினருக்குச் சந்தா கட்டிவிட்டால், ஒரு வருடம் படித்த ருசி அவர்களை விடாது. பிறகு அவர்களே வாங்கிப் படிக்க ஆரம்பித்து விடுவார்கள்.

- ஆர்.எஸ், லக்ஷ்மி, மதுரை-20

ஒவ்வொரு நகரத்து வாசகியும், தங்கள் கிராமத்துத் தோழிகள் மூன்று நான்கு பேரை ம.மலர் சந்தாதாராக அவர்களைச் சேர்த்துவிட்டால் ஏதேனும் பரிசுகள் மூலம் ஊக்குவிக்கலாம்.

- ஜெகா, கும்பகோணம் - 1

மே 2009 'ஒரு வார்த்தை' பகுதியில், என்ன செய்தால், மங்கையர் மலர், கிராமப்புறங்களுக்குச் சென்று அடையும் என்று நமது வாசகியரைக் கேட்டிருந்தோம். வந்து குவிந்த ஆலோசனைகளில் உடனுக்குடன் நாம் செய்யக்கூடியதைப் பிரசுரித்துள்ளோம்.

'சந்தா பரிசு' தவிர, இன்னும் தெரிவிக்கப்பட்ட பல நூறு வாசகியரின் அற்புதமான யோசனைகளுக்கு எங்களது நன்றிகள்! யோசனைகளை ஒவ்வொன்றாக அணுகு வோம்.

கிராமப்புறத்தில், புறநகரில் வசிக்கும் உங்கள் தோழி/உறவினருக்கு மங்கையர் மலர் சந்தா கட்டுங்க. லட்டு லட்டாக நான்கு விஷயங்களை நாங்கள் தருகிறோம்.

மகிழ்ச்சி லட்டு:

மனம் மகிழ... பயன் பெற... 'சந்தா பரிசு' அளியுங்கள்!

சலுகை லட்டு:

500/-ரூபாய் மதிப்புள்ள இரண்டாண்டு சந்தா 350/- ரூபாய் மட்டுமே

போனஸ் லட்டு:

சந்தா கட்டும் உங்கள் புகைப்படம் 'லக்கி லட்டு' பகுதியில் பெயர், விலாசம், சந்தா பெறுபவரின் தகவல்களுடன் பிரசுரமாகும்.

சர்ப்ரைஸ் லட்டு:

சந்தா கட்டுபவருக்கு ரூ.35/- பெறுமானமுள்ள அனுராதா ரமணன் 'கை நிறைய பூ' புத்தகம் அன்பளிப்பு.

என் தோழி/உறவினருக்கு சந்தா அனுப்புகிறேன்:

அனுப்பும் நோக்கம்:

அவரது முகவரி :..

....

....

....

போன் .... ஈமெயில்: ....

எனது முகவரி : ....

....

....

புகைப்படம் ஒட்டவும்

எனது சந்தா எண்(தாங்கள் சந்தாதாரராக இருந்தால்)

....

போன் .... ஈமெயில்: ....

சந்தாவுக்கான தொகையை மங்கையர் மலர் என்ற பெயருக்கு டிமாண்ட் டிராப்ட்/மணியார்டர் அல்லது சென்னை காசோலையாகவோ அனுப்பி வைக்கவும். அனுப்ப வேண்டிய முகவரி

சர்க்குலேஷன் மானேஜர், மங்கையர் மலர், கல்கி பில்டிங்ஸ்,

47-NP, ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்



பண்டிகை ஸ்பெஷல்களின் அணிவகுப்பு ஆரம்பம்!

வாசகியர் ஆரவாரமாகப் பங்கேற்றுச் சிறப்பிக்கலாம்!

புஷ்பா தங்கதுரை எழுதும் யூத் சிறுகதை





உங்கள் அபிமான குட்டி புக்கில்

ஆடி அமர்க்களம் 64!

ஆடி கிருத்திகை முதல் ஸ்ரீ கிருஷ்ண ஜெயந்தி வரை உள்ள எல்லா ஆடி மாத விசேஷங்களைப் பற்றியும் எழுதி அனுப்புங்க.

உங்கள் சேவையில் 22-ம் வருடம்

கேன்ஸர் நோயா?

கவலைப்பட வேண்டியதில்லை.

ஹெர்பல் ஆன்காலஜியோடு மெடிக்கல் ஆன்காலஜி.
சர்ஜிகல் ஆன்காலஜி. ரேடியோ தெரபி அனைத்தும் குருபாலாவில்



Dr. K. Sri Sridar

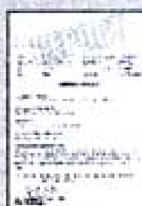
CA. OESOPHAGUS (உணவுக் குழாய் புற்று நோய்)

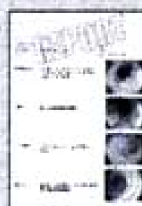
Before Treatment

UGI SCOPY Report
Date : 21.04.05

Post Chemo / Radiotherapy Recurrence

மைசூரை சேர்ந்த 75-வயதுள்ளவருக்கு உணவுக்குழாய் புற்றுநோய்க்காக கீமோதெரபி மற்றும் ரேடியேஷன் கொடுத்த பிறகும் பலனில்லாமல் மீண்டும் புற்றுநோய் வளர்ந்திருப்பதை குறிக்கும் ஸ்கோப்பி ரிப்போர்ட்.





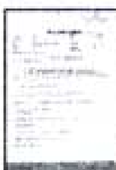
After 97 days Herbal Oncology

UGI SCOPY Report
Date : 27.09.05

Normal Study

ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சை கொடுக்கப்பட்ட 97-வது நாள் புற்றுநோய் இல்லை என்பதை காட்டும் ஸ்கோப்பி ரிப்போர்ட் (மற்றொரு ஆச்சரியமான விஷயம், நோயாளியை பார்க்காமல் ரிப்போர்ட்களை மட்டும் பார்த்து மருந்து கொடுத்து குணப்படுத்தப்பட்டுள்ளது).

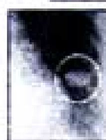
CA.PANCREAS



LIVER NORMAL STUDY
CT Scan
Date: 01.12.06

மலேசியாவை சேர்ந்த 31 வயதுள்ளவருக்கு கணையத்திலிருந்து ஈரலில் பரவிய புற்றுநோய் 06.08.06 அன்று எடுத்த CT Scan ல் 23mmx23mm ஆக இருந்தது. ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சை மட்டும் எடுத்து 01.12.06 அன்று எடுத்த CT Scan ல் Liver Normal நிலையை அடைந்து விட்டதை காட்டும் ரிப்போர்ட்.

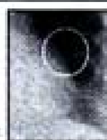
CA. BREAST TO LUNGS (மார்பக புற்றிலிருந்து நுரையீரல் புற்றுநோய்)



Before Treatment

NODULAR OPACITIES SEEN IN BOTH LUNG FIELDS METASTATIC DEPOSITS

Chest X-ray *Date: 08.06.05*



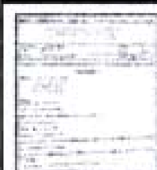
After 68 days Herbal Oncology

NORMAL STUDY

Chest X-ray *Date: 09.09.05*

சென்னையை சேர்ந்த 43 வயது பெண்மணிக்கு மார்பகத்திலிருந்து நுரையீரலுக்கு பரவிய புற்றுநோய் ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்குப்பின் எடுத்த பெட்டில் புற்றுநோய் இல்லை என்பதை காட்டும் X-ray படம்.

GLIOMA

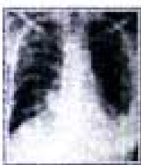


NORMAL STUDY
MRI SCAN
Date: 01.09.2006

கோவையை சேர்ந்த 58 வயதுடைய பெண்ணுக்கு ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்குப்பின் Glioma குறைந்து விட்டதை காட்டும் ரிப்போர்ட். தற்போது நோயாளி தெளிவாக பேசுகிறார்.

CA. BREAST TO LUNG, BONES

20 நாளில் இறந்துவிடுவார் என்று சொன்ன சென்னை மடிப்பாக்கத்தை சேர்ந்த (மார்பக புற்றுநோய், நுரையீரல் மற்றும் எலும்பில் பரவிய நிலை) 61 வயது நோயாளியின் நுரையீரல் நார்மலாகிவிட்டதை காட்டும் படம். நோய் குறைந்து 1½ வருடமாக நலமாக உள்ளார்.



X-ray Chest
Date: 14.05.2006

CA.RECTUM WITH LIVER METS

CEA 6390
After 43 Days
CEA 129

சென்னையை சேர்ந்த 56 வயதுள்ளவருக்கு மலக்குடல் புற்றுநோய் லிவரில் பரவிய நிலையில் CEA எனும் TUMOUR MARKER TEST 6390 ஆக இருந்தது. 43 நாள் ஹெர்பல் ஆன்காலஜி சிகிச்சைக்கு பிறகு 129 ஆக குறைந்து விட்டது.

கை விடப்பட்ட கேன்ஸரா ? கவலை வேண்டாம்

GBM, CA. Oesophagus, Lung, Liver, Cervix, Bone, Prostate, Rectum, Ependymoma, Astro cytoma, Glioma, AML, CML போன்ற அனைத்து வகை புற்றுநோய்களுக்கும் சிறப்பு சிகிச்சை அளிக்கப்படுகிறது. நோயாளி நேரில் வரவேண்டியது இல்லை. எல்லா ரிப்போர்ட்களையும் அனுப்பி வைக்கவும். Herbal Oncology™ சிகிச்சை என்பது டாக்டர் கே. ஸ்ரீ ஸ்ரீதர் கண்டுபிடித்த அற்புதமுறையாகும். பத்தியம் இல்லை, மற்ற மருந்துகளோடும் சேர்த்து சாப்பிடலாம். வாழும்போதே நோய் தொந்தரவு குறைந்து நிம்மதியாகவும் சந்தோஷமாகவும் வாழலாம். நோயுற்றவர்களின் வாழ்நாளை 40% அதிகரிக்க முயற்சிக்கலாம். இந்த Herbal Oncology™ சிகிச்சை பயனுள்ளதாக அமைகிறது. டாக்டர்களால் கைவிடப்பட்ட நோயாளிக்கும் உடனே நன்மை அளிக்கிறது.

கேன்சர் என்று தெரிந்தவுடனே நோயாளியை நேரில் அழைத்து வாருங்கள்.
முறையாக ஒருங்கிணைந்த கேன்சர் சிகிச்சையை பெறுங்கள்.

Royale Apartment, 6, Mannar Reddy Street,
(Opp. Street to T.Nagar Bus Terminus)
T.Nagar, (Next to Krishnaveni Theatre),
Chennai - 600 017.
Weekdays : 10.00 am to 5.30 pm, **Sunday Holiday**
Clinic: Ph: 044-24339596, 24363835
Cell: 99400 58809

NO
METALS
MERCURY
STEROID
POISON

PURE HERBS BRINGS MIRACLE

Gurubalaa™ Clinic



Speciality Clinic for Herbal Oncology and Asthma

Treatment given by Qualified & Experienced Doctors.

We have no branches



Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/09-11 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/09-11 - Registered as a Newspaper in Srilanka

ழ்தகம்-2 ● என்றும் உங்களுடன் ● ஜூலை 2009

மங்கையர் மலர்

திருமணமலர்



மாப்பிள்ளையின் மர்மப் புன்னகை!



எனக்குத் திருமணம் முடிந்து பத்து வருடங்கள் ஓடிவிட்டன. எங்கள் வழக்கத்தில், திருமணச் சடங்கில் பானைக்குள் தண்ணீர் ஊற்றி அதில் கத்தி, பாலாடை போன்றவற்றைப் போட்டு மணமக்களை எடுக்கச் சொல்வார்கள். யார் முதலில் எடுக்கிறார்களோ அவர்களுக்கு சாமர்த்தியம் அதிகம் என்று கூறுவார்கள்.

எங்கள் திருமணத்திலும் இந்த நிகழ்ச்சி நடைபெற்றது. தண்ணீருக்குள் இருந்த கத்தி, பாலாடை இரண்டையும் எடுத்து என் கையில் வைத்து விட்டார் என்னவர். நானும் கையை வெளியே எடுக்க, சுற்றியிருந்தவர்கள் எல்லோரும் 'பெண்தான் சமத்து' என்று மாப்பிள்ளையைக் கிண்டல் செய்தனர்.

திருமணம் முடிந்த அடுத்த நாள், ''ஏன் நீங்க எடுத்துட்டு என் கையில் கொடுத்தீங்க?'' என்று கேட்டபொழுது பதில் சொல்லாமல் சிரித்து வைத்தார். எனக்கு அப்பொழுது புரியவில்லை.

என்னுடைய பிடிவாத குணத்தை அப்போதே அறிந்து வைத்திருந்தாரோ என்னவோ. என்னையும் நாலு பேர் மதித்து, பாராட்டும் அளவுக்கு பல விஷயங்களிலும் விட்டுக் கொடுத்து என்னை உயர்த்தி விட்டார். இப்பொழுதுதான் அவரது சிரிப்பின் மர்மம் புரிகிறது.

- விமலா பத்மநாபன், சென்னை



கிண்ணி கணபதி!

விழுப்புரம் கொளத்தூர் கிராமத்தில் அமைந்துள்ள ஸ்ரீ கிண்ணி விநாயகர், ஸ்ரீ விஜய விநாயகர் ஆலய திருக்கோயில்களில் அன்பர்கள் கிண்ணி வரைந்து (காலால் மண்ணில் வட்டம் போடுதல்) தங்கள் வேண்டுதல்களை விநாயகரிடம் சமர்ப்பிக்கின்றனர். கிண்ணி வரைந்தால், எண்ணிய காரியம் நிறைவேறுமாம்!

- சுபா சந்துரு, சென்னை

குரு க்ருபா



அசத்தலான உயர்தர திருமண சமையலுக்கு



சரஸ்வதி கேட்டரிங்

25வது ஆண்டு நிறைவை முன்னிட்டு தற்போது எங்களிடம் திருமண கேட்டரிங் காண்ட்ராக்ட் கொடுப்பவர்களுக்கு இலவசமாக ½ சீர் பட்சணம் பிறந்த ஆத்து சீதனம் போல் தருகிறோம்!





கல்யாணமா எங்களை கூப்பிடுங்க
நீங்களே பிரமிச்சுபோவீங்க

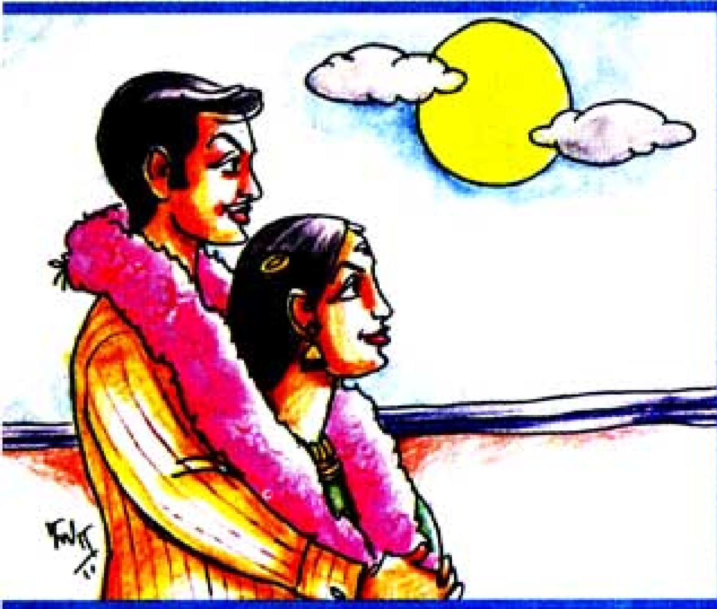
SARASWATHI CATERING SERVICE

Ellorukkum Favourite

Insuvai Vendan **G. Subramani Iyer**

No.65, (old no. 30), Subramanian St., West Mambalam, Chennai - 33.
Off: 24742433 / 23719535 Cell: 98400 54900 Tele Fax: 24742433
Branch off: Coimbatore Ph: (0422) 2343710
E- Mail: insuvaivendhan@yahoo.com www.saraswathicateringservice.com

We undertake Marriage Catering all over India



எண்ணிரண்டும்
ஒன்றுமதி என்
முகத்தாய் நோக்குமால்
கண்ணிரண்டும்
ஒன்றையே காண்.

''பதினாறு கலைகளும் பொருந்திய நிலவு போன்ற முகத்துடைய பெண் மணியே, அன்பு மனைவியும் கணவனும் நன்றாகச் சிந்தித்து கருத்து மாறுபாடில்லாமல், ஒரு செயலைச் செய்து முடிக்க வேண்டும். நமக்கு கண்கள் இரண்டாக இருப்பினும் ஒரே பொருளை நோக்குவதைப் போல் கணவன் மனைவி இருவராக இருப்பினும் ஒரே நோக்கத்தில் செயல்பட வேண்டும்.''

- இந்திராணி தங்கவேல்,
மும்பை

கண்கள் இரண்டால்!

எனக்கு நேரம் கிடைக்கும் பொழுதெல்லாம் சங்க இலக்கியங்களைப் படித்து இன்புறுவதுண்டு. அப்படிப் படித்த பொழுது இந்தப் பாடல் எனக்கு மிகவும் பிடித்துவிட்டது.

திருமணம் செய்யவிருக்கும் இளம் வாசகியருக்கு நல்வாழ்த்தாக, அறிவுரையாக இருக்கட்டும் என்று எழுதியுள்ளேன்.

காதல் மனையாளும் காதலனும்
மாறின்றித்
தீதில் ஒருகருமம் செய்பவே -
ஓதுகலை

விளக்குத் தூண்!

உடுமலை தாலுகாவில் உள்ள கோட்டமங்கலம் என்ற சிற்றூரில் வல்ல கொண்டம்மன் கோயில் அருகில் இருபதடி உயரம் கொண்ட கல்தூண் ஒன்று உள்ளது. இக்கல்தூணில் ஆயிரம் விளக்குகள் அமைக்கப்பட்டிருப்பதுடன் இடையே நூற்றுக்கணக்கான நுட்பமான சிற்பங்களும் இடம் பெற்றுள்ளன. ஆனால் இக்கல் தூண் பராமரிப்பு இன்றி இருப்பது வருத்தமான செய்திதான்.

- ஆர்.கணேசன், சேலம்



கல்யாணமா! ஸ்ரீ சுவாமிநாதசுவாமி துணை கவலை வேண்டாம்!





மேரேஜ் கேட்ரிங் சர்வீஸ்

பிளாட் நெ.32, ஜெயலஷ்மி நகர், சந்தோஷ்புரம், சென்னை-73.

கிளைகள் :
சென்னை : நங்கநல்லூர், அண்ணாநகர் மற்றும் தஞ்சாவூர்

BEST CATERING IN CHENNAI

கல்யாணம் மற்றும் அனைத்து விஷேசங்களுக்கும் தங்கள் பட்ஜெட்டுக்குள் காண்பவர் பாராட்டும்படி எல்லா ஏற்பாடுகளையும் முழு பொறுப்பு ஏற்று மிக மிக நியாமான விலையில் சிறப்பான முறையில் தங்கள் விருப்பம் போல் செய்து தர காத்திருக்கின்றோம்.

திருமணத்திற்கு எல்லா ஏற்பாடுகளையும் நாங்கள் உங்கள் ஒத்துழைப்புடன் செய்து தர காத்திருக்கிறோம். வசதிகள் செய்து விட்டு பணம் அதிகம் இருக்கும் என்று எண்ணிவிடாதீர்கள். உங்கள் பட்ஜெட் எப்படியோ அதைவிட குறைவாக நாங்கள் செய்து தருகிறோம். உங்கள் இல்லத்தில் திருமணம் என்றால் எங்களை ஒருமுறை அணுகுங்கள். பிறகு இவரை பார்க்காமல் விட்டுவிட்டோம் என்று வருந்த வேண்டாம்.

தஞ்சாவூர் சமையலுக்கு பிரசித்தி பெற்ற நிறுவனம்
தாத்தா : S.சுப்பிரமணி அய்யர் Master of Cook, கும்பகோணம்
அப்பா S.ஜெயராம அய்யர், Master of Cook, கும்பகோணம்

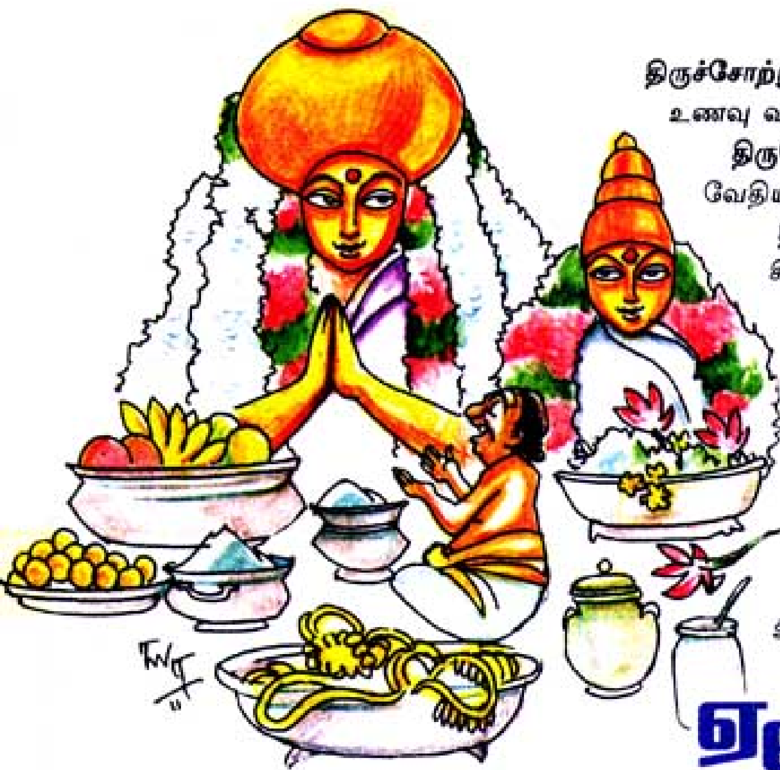
நளபாக மாமணி
ஜெயம்.கிருஷ்ணமூர்த்தி அய்யர்
Master of Cook, கும்பகோணம் & சென்னை

திருமணத்திற்கு நாங்கள் செய்து தரும் ஏற்பாடுகள்

கல்யாண மண்டபம்
மங்கள வாத்தியம்
பூ மாலை வகைகள்
அங்குமணி சாமான்கள் ஸ்ரீபெட் ஜாருடன்
வைதிகாள் சாமான்கள்
தாம்பூல (தேங்காய்) பை பிரிண்டிங் கவருடன்
சீர்பட்சணங்கள் இருவர் ஆத்துக்கும்
மண்டபம் கோலம் ஏற்பாடுகள்
ஆர்த்தி பச்சபுடி ஏற்பாடுகள்
முதல்தர சாப்பாடு டிபன் வகைகள்
24 மணி நேர காபி, டீ, பூஸ்ட், பால்
குடந்தை வெற்றிலை, சீவல்,
ராசிக்லால் பாக்கு, பீடா
யூனிபார்ம் சர்வீஸ்ஸ்
பேப்பர் ரோல், மினரல் வாட்டர்
காசியாத்திரை சாமான்கள்
பட்டுபாய், குடை, வாக்கிங் ஸ்டிக்
கூல் வாட்டர், ஹாட் வாட்டர்
தங்களை வரவேற்க இன்முகத்துடன் ஆட்கள்
டைனிங் ஹாலில் உபசரிக்க ஆட்கள்
வைதிகாளுக்கு சாமான்கள் கொடுக்க ஆட்கள்
காபி ஸ்டால் மற்றும் ஜூஸ் ஸ்டால்

JK..ன்னா OK.. தான்

Indoor and Outdoor Caterer
Ph : 2278 0769 / 98418 21327, 98418 21328
E-mail : service@jkmoorthycatering.com
www.jkmoorthycatering.com



திருச்சோற்றுத்துறை : இங்கிருந்து உணவு வகைகள் வந்தன.

திருவேதிக்குடி : இங்கிருந்து வேதியர்கள் வந்தார்கள்.

திருக்கண்டியூர் : இங்கிருந்து கண்டிகை முதலான ஆபரணங்கள் வந்தன.

திருநெய்தானம் : இங்கிருந்து நெய் முதலான பொருள்கள் வந்தன.

திருப்பூந்துருத்தி : இங்கிருந்து மலர்கள் வந்தன.

இப்படித் திருமணத்துக்கு பல வகைகளிலும் உதவி செய்த தலங்களுக்கு சித்திரை மாத பௌர்ணமி அடுத்து, விசாக நாளில் நந்தி தேவருடன் இந்த ஏழு மூர்த்திகளும் காவிரிக் கரையில் திருவையாறில் ஒரு சேர தரிசனம் அருள்வார்கள். இதை 'ஏழூர்த் திருவிழா' என்பர். சப்தஸ்தான விழா என்றும் அழைக்கப்படுவதுண்டு.

ஏழூருத் திருவிழா

'நந்தி கல்யாணம் பார்' கட்டுரை படித்தேன். இதோ இன்னும் சில சுவையானத் தகவல்கள்!

திருப்பழனம், திருச்சோற்றுத் துறை, திருவேதிக்குடி, திருக்கண்டியூர், திருப்பூந்துருத்தி, திருநெய்த்தானம், திருவையாறு ஆகிய ஏழு தலங்களையும் சப்த ஸ்தானம் என்பர். இந்தத் திருமணம் எப்படிக் கோலாகலமாக நடந்தது தெரியுமா?

திருப்பழனம் : இங்கிருந்து பழங்கள் வந்தன.

- ஆர்.ஜானகிரங்கநாதன், சென்னை



அவசர வீடு!

கன்னியாகுமரி மாவட்டத்தில் சில கிராமங்களில் திருமணம், சடங்கு போன்ற சுப நிகழ்ச்சிகள் நடை பெறும் வீடுகளை 'அவசர வீடு' எனக் கூறுவர்.

சுபகாரிய நிகழ்ச்சிகளின்போது அவர்கள் பரபரப்பாகவும், அவசரமாகவும் இருப்பதால் இவ்வாறு கூறுகின்றனர்.

- ஏ.கே.நாசர், டி.ஆர்.பட்டினம்

மணமகள் தேவை



S.VIJAIKUMAR

◆ Sozhia Vellalar, 27 years, 165 cm, Clean habit, Vegetarian, Rohini, BE Mech. Samsung India Ltd., Chennai. Senior Executive. 5 lacs + Bonus / p.a. Seeking Good Looking, BE, MCA, MCM, CA, employed girl from respected family. Contact : 02114-224188, 09766313824. Box No.15927

A.ராஜேஷ்



◆◆ தெலுங்கு பிராமின், நியோகி, கௌதம கோத்ரம், மிருக சீருஷம், வயது 31, B.A. சூப்ரைசர், L.N.T. பாண்டிச்சேரி, சம்பளம் ரூ.10,000/- உட்பிரிவு சம்மதம். தகுந்த மணப்பெண் தேவை. K.ஆத்மாராமன், No.22C, அய்யங்குளம், கீழக்கரை, தஞ்சாவூர் - 613 009. செல் 9894125093.

◆ ஐயர், அஷ்டசஹஸ்ரம், வாதூலம், உத்திராடம் 30, லக்கினத்தில் கேது, +2, மாத வருமானம் 8,000/- சொந்த வீடு, வாடகை, வங்கி இருப்புகள் மணமகனுக்கு பெண் தேவை, எப்பிரிவும் சம்மதம். உத்தி யோகம், படிப்பு, நகை, சீர், வரதட்சணை எதுவும் தேவையில்லை. எளிய திருமணம் போதும். தொடர்புக்கு : 26567085, 9941448564. பெட்டி எண் : 15920.

◆ Iyer Vadamal, Nythrubakasyabam, Poosam / 1980. 180 CM, M.Sc., (IT) Working in wipro 60,000 pm. Seeks Suitable bride upto 5 feet, and age difference upto 7 years acceptable. V_S_Anuja@yahoo.co.in Ph : 044-22320435. Box No.15921

◆◆ Iyer, Vadamal, Srivathsam, Chithirai, 27, 5'9", BE, Team Lead, Lister Technologies Ltd, Chennai, Seeks Professionally Qualified employed girl. Contact : Santhana lakshmi, Ph : 044-43530898, 044-64593739, 9894612922. Box No.15922

◆◆ Vadakalai Srivathsam Krithigai-3, 1975 / 170, Diploma (E&C) (BBA) Manager Pvt. Co. Mumbai 45,000/- pm Seeks Bride Iyengar / Iyer. Boy owns plot in Chennai. Ph : 044-64521187. Box No.15923

◆◆ ஐயர் வடமாள், வாதூலம், மகம், 31 வயது, தற்சமயம் வெளிநாட்டில் சாப்ட்வேர் இஞ்சினியராக பணிபுரிகிறார். மாத வருமானம் ரூ.60,000/- 2005ல் திருமணமாகி 9 மாதங்களில் தாரமிழந்தவர் (உடல் நலக்குறை வினால்). குழந்தை கிடையாது. இவருக்கு 3 - 6 வயது வித்தியாசத்தில் குடும்பப்பாங்கான பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. பெற்றோர் உண்டு. விவாகரத்து ஆனவர்களும்,

கணவனை இழந்தவர்களும் விண்ணப்பிக்க வேண்டாம். பெட்டி எண் : 15924.

◆ ஷடமர்ஷணம் / வடகலை / 30 Yrs / 5'8" / MCA, DELL, Rs.7 Lac PA, பூராடம், Gaestro disability, Seeks, Suitable, Homeloving, Spouse, Employed or unemployed. Box No.15925

◆ Iyer Bharadwajam, Hastham, 28, M.Sc., (Chemistry), Officer Private Company, Chennai. Annual Income 3.15 Lakhs, Middle Class Family, Seeks Employed at Chennai / Unemployed Girl, Minimum Graduate. Contact Ph : 04364-228808. Box No.15926.

◆ Iyer, Brahacharanam, Pooradam, 44, 5'7", Fair, B.Com, Accounts Dept., - Rs.90,000/- Addl. Rs.50,000/ - p.a. Own Flat - Girl below 40. Subsects no bar. No demands - simple marriage - Ph : 24405461. Box No.15928.

◆ ஐயர் வடமாள் கௌசிகம் சித்திரை 2ம் பாதம் 5.9', 17.11.1979, B.Com., Volvo India Pvt. Ltd., Raigarh. மாத வருமானம் ரூ.22,000/- நாக்பூரில் சொந்த வீடு உள்ள மணமகனுக்கு மணமகள் தேவை. Phone : 07104-220354, Mobile : 9373558050. Box No.15929.

◆ Iyer, Vadama, Vathulam, Mirugaseerisham, 28 Yrs., 5'9", B.Com., CIFA, Sr. Associate, TCS, Chennai, Rs.28,000/- PM, seeks suitable bride. Contact : 044-43597389 / 9941482393. Box No.15930

◆ ஐயர், கௌண்டின்யம், வடமாள், தோஷ ஜாதகம், ஆயில்யம், B.Com., PGDCA, 31, 5'8" ரூ.45,000/- மாத வருமானம், கேரளாவில் வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு மணமகள் தேவை. போன் : 09744964548. (Sai Sankara Regn No.B1-54122/77). Box No.15931

◆ Iyer, Vadamal, Moolam, Athreya kothram, 10.11.1972, 5'3". B.Com., Employed in Software Company as Executive, Chennai. Salary Rs.25,000/- pm Seeks Graduate Fair Iyer Girl. Contact : S.Srinivasan, 9443914697, Coimbatore. Box No.15932.

◆ Iyer, Vadamal, Kowsigam, Chithirai 4, June 1980, 182 cms, MCA, Project Leader, Software Development, MNC Bangalore, Rs.10.2 lacs per annum, seeks qualified employed good looking Iyer girl, sub-sect no bar. Send Horoscope, Bio-data, family details. Box No.15933

◆ Tirunelveli Iyer, Vadamal, Kousikam, Ashwini, Mesha Rasi, 20.6.1979, 5'6", B.B.A. Own Catering Business (Mount Catering) Rs.8 Lakhs per Annum, Having own House, Two Cars very charming Boy. Physically Challenged. Ph : 044-24320699 / 9941342269. Box No.15934.

◆ Iyer, Vadamal, (Sukla Yajur) Mouthgalyam Moolam First Padam 22/11/79. MCA (MS), Central Govt. Ministry of Defence Employee Chennai Rs.25,000/- Seeks Graduate Good Looking Working Girl

From Good Family Background. Subsect No Bar. Contact : 9962336208. Box No.15935.

◆ Iyer, Vathimal, Bharadwajam, Thiruvathirai, 44/5'7". B.Com., CIG, Employed at TCS, Mumbai CTC 4.00 lacs. Own Flat, Seeks Suitable Bride. Subsects No Bar. Contact : 022-25234624. Box No.15936

◆ S.Vasudevan Madhva, Kannada, Sadhayam, Balaganadu, Athreya, 04.01.1968, B.A., MIIS, PGDCA, M.Phil, Rs.10,000/- pm, Junior Asst Manonmaniam Sundranar University, Tirunelveli, Seeks Suitable Bride. Contact : S.Sundarrajan, 0462-2573816, 0424-2430848. Box No.15937

◆◆ Wanted Iyer Girl well qualified or post graduate or BE working in India with age diff. of three to five years for Iyer, Vadamal, Koushikam Moolam, 3rd Padam 8th January 1978, 5'10", B.E. (E&T) HRD from Symbosis, (Pune), Project Manager in MNC Bangalore. Box No.15938

◆ ஐயர், வடமாள், பரத்வாஜம், உத்திரம் 4, உயரம் 5'6" செப்டெம்பர் 1978ல் பிறந்து B.Sc., M.C.A., படித்து Microsoft ஹைதராபாத்தில் (சம்பளம் 60,000/- pm) வேலை பார்க்கும் பையனுக்கு படித்த பெண் தேவை. Contact 044-24835234, 9840425784. Box No.15939

◆ Iyer, Vadamal, Koundanyam, Uthram 38, B.Com., MBA Finance Manager, Ltd. Company, Rs.30,000 Seeks graduate employed girl. Sub sect no bar. Ph : 044-25582955. Box No.15940

திருமண மலர் - விளம்பரக் கட்டண அறிவிப்பு

திருமண மலர் விளம்பரக் கட்டணம் முதல் 30 வார்த்தைகளுக்கு ரூ.500/-
அதிகப்படியான வார்த்தை ஒவ்வொன்றுக்கும் ரூ.15/-
வண்ணத்தில் 'ஹைலைட்' செய்ய ரூ.100/- கூடுதலாக அனுப்பவும்.
வண்ணப் புகைப்படத்துடன் (1" x 1") வெளியிட ரூ.800/-
இத்துடன், www.mangayarmalaronline.com என்கிற மங்கையர் மலரின் இணையதளத்திலும் சேர்த்து விளம்பரம் வெளியிட, கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/-

◆ Iyer, Ashtasahasram, Kashyapam, Krithigai (3), 26 / 180, B.Com., G-NIIT, Wipro tech, Chennai, 3L (+) pa, Seeks homely, graduate, employed girl. Contact : 044-22601398, 9884009551. Box No.15941

◆◆ Vadagalai, Iyengar Boy 1974, Rohini Bharatwaja Gothram 35 / 163 cms. B.Com., MBA, Executive - Admin. CCC Ltd., BLR, 1,80,000/- p.a. Seeks alliance suitable graduate girl. Contact : N.Padma, 94867 18150 / 94439 96856. Box No.15942

◆ Iyengar, Vadagalai, Vishvamitra, Mrigaseersam, 1967, B.A., PGDM. Working in Pvt. Ltd. Rs.10,000/- pm. Only son, own house in Delhi seeks suitable girl. Thenkalai, Iyer, Madhva acceptable. Contact : D.Narayanan, 011-25561160. Box No.15943

◆ Iyer, Brahacharnam, Bharad wajam, Hastham, Divorcee, 5'11", 31/20,000 pm, PG + MBA, Impl leader in TATA Group seeks Divorcee/widow without issue. Contact 0755-2414021, 09893284349, 094250 18914 Muhurtham.net id 29950. Box No.15944

◆◆ Iyer, Vadama, Naidruva Kasyapa Gothram, visakam, 43, 5.6', B.Sc., B.Ed. Private Rs.25,000/- legal divorcee without encumbrance requires Iyer/ Iyengar Divorcee / widow bride. Ph : 28191011 / 94440 11207. Box No.15945

◆ Iyer, Vadamal, Bharathwajam, Poorattadhi, Sudda Jadagam, 30, 180 B.E., Business, 6 lakhs per annum. Fair boy seeks educated, good looking, unemployed girl, subsect no bar. Ph : 0821-2544864. Box No.15946

◆ தமிழ், ஐயர், பரத்வாஜம், வடமாள், ரோஹிணி, எல்.ஐ.சி. முகவர், 41 / 170 / 17,500, சட்டப்படி விவாஹரத்து ஆனவர். மேலும் சென்னையில் சொந்த வீடு, உள்ள வரனுக்கு நடுத்தர குடும்பத்தைச் சேர்ந்த +2 அல்லது டிகிரி படித்த வேலையில் உள்ள / இல்லாத குடும்பபாங்கான மணப்பெண் தேவை. சட்டப்படி விவாஹரத்து ஆனவரும் விண்ணப்பிக்கலாம். தொடர்புக்கு நடராஜன் - 9841066486 / 044-24756514, பெட்டி எண் : 15947

◆ Iyer, Brahacharanam, Shadamarshana, Kettai 3 Padam, 1969, BA, ICWA (CMA-US) Working in Dubai, Rs.10 Lakhs p.a. seeks a suitable graduate girl. Ph : 9840036611. Box No.15948

◆◆ Iyer Brahacharanam, Srivatsam, Makham, 29/165, Master Shipping, Shipping chief officer MNC 21 Lacs p.a. Seeks suitable girl. subsect no bar. Ph: 044-22672458 Box No.15949

◆ Iyer, Brahacharanam, Srivathsam, Chitrai, Thularasi, 1981, 181 cms, M.Tech, Egr / MNC / Bangalore - 6 lacs p.a. seeks only unemployed / non career oriented graduate girl from a respectable family. Box No.15950

◆ ஐதராபாத்தில் வேலை, சம்பளம் ரூ.32,000/- எம்.எஸ்.சி. எம்.பில் (பயோ டெக்), 28 வயது, அஷ்ட சஹஸ்ரம், பாரத்வாஜ கோத்ரம், பூராடம் 4ஆம் பாதம், லக்.ராகு, 7ல் கேது, உயரம் 158 செ.மீ., புதுச்சேரி சொந்த ஊர், பெற்றோர் உள்ள வரனுக்கு ஏற்ற பட்டதாரி பெண் வரன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம், தொடர்புக்கு 0413-2332473. பெட்டி எண் : 15951.

◆ Educated brahmin girl for issueless legal divorcee MCA, MNC Chennai 33 years, 170 cms Mirugashrisam. No bar for issueless divorcee / widow status gothram. Call (O) 9840918266, 044-28141505, (O) 9444419802. Box No.15952

◆◆ Tamil Iyer, Vadamal, Magam, Koundinyam, 33, B.Com., DCA (MBA), Dy. Manager, HDFC Bank Chennai. Salary Rs.29,000/- pm + Seeks suitable educated employed bride. Contact, Ph : 044-65446849. Box No.15953

◆ Suitable bride required from any

Brahmin Community / Also intercast parentage (any one should be brahmin) for G.S.B. Bramin Tamil Bachlor 27.4.1982, 180 cm, Rs.20,000/- Service Engineer, Miruga seresham, Kamsi Gothram. Contact : 9941351292. Box No.15954

◆ Tamil, Iyer, Vadamal, Koundinyam, Poosam, 29/180, B.Sc., CCNA, 2.5 lakhs p.a. seeks Chennai based, Vadama, Graduate, working girl from good family, No demands. Ph : 24611053. Box No.15955

◆ Tamil Iyer, Vadamal, Bharad wajam, Uthiradam-III / Sep-73 / 5'4" / ACA, Grad. CWA, Senior Manager in reputed company in Navi Mumbai, Maharashtra. Boy is insulin dependent diabetic and seeks suitable alliance. Contact : 093227 64580. kothandarama@ gmail.com, www.tamilmatrimony.com M1216 304. Box No.15956

◆ Wanted graduate / professionally qualified bride aged 33 - 38 years either in India or US for Kaushika Iyer (US Citizen) Pooram boy Phd (Purdue) currently in US with clean habits. Contact : 23770003. Box No.15957.

◆◆ Iyer, Vathimmal, Bharatwajam, Sadhayam, 1972, 167 cms, B.Com, CA (Final), CWA (Final), Dubai, reputed large local group, Accounts executive, 18 lakhs / Annum, with family accomodation, well settled, owns a house, last son of the family and no commitments, decent, cultured boy seeks graduate / PG girl from a decent family. Middle class also welcome. Ph : 044-23860330, 044-42048088, E-mail : laliramraghul@yahoo.com, gasura@ sify.com Box No.15958

◆ Iyer, Vadamal, Haritha, Pooratta thi-3, 1968 / 5'4", B.Com, DBM, MNC employed, Mumbai, Own flat salary Rs.15,000/- pm, Subsect no bar. Seeks bride. Contact : 098335 01972. Box No.15959.

◆ Iyer Vadamal, Bharadwaja, Chithirai 4, Thula, July 1979, 5.8', B.Sc. (M.B.A.), MNC, Chennai, Rs.28,000/- (includes rental income from own house) Also owning flat. Parents pensioners. Seeks Fair Good looking. Graduate bride employed / unemployed. Subsect no bar. Contact Ph : 9940474015. Box No.15960

◆◆ Iyer, Brahacharanam, Kousika, Visakam II, 40 / 5.5', B.Com, Private Co. Rs.20,000/- seeks +2 or graduate home loving girl. Early & Simple Marriage, No expectataion. Contact No.9841025026. Box No.15961

◆ வடகலை, ஐயங்கார், கௌசிகம், அவிட்டம், 37 வயது, 5'9", B.Sc., சொந்த கம்பெனி, ரூ.45,000/- சொந்த வீடு, எந்தக் கெட்ட பழக்கமும் இல்லாத வரனுக்கு பட்டப்படிப்பு படித்த மணப்பெண் தேவை. எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. Contact : 22262316, 9840773618, பெட்டி எண் : 15962.

◆◆ Iyer Vadamal, Bharathwajam, Uthirattathi Meena Rasi 1975/6', BE working San Pulse USA. USD 1,00,000/- pa, Legal Divorcee without encumbrance seeks suitable bride contact : 044-24895537. email : san_kar_10@yahoo.com Box No.15963

இந்த இதழில் பிரசுரமாகும் பெட்டி எண் விளம்பரதாரருக்கு பதில்கள் அனுப்ப கடைசி தேதி : 10.08.2009. பதில்கள் அனுப்ப வேண்டிய முகவரி : பெட்டி எண் : .... C/o மங்கையர் மலர், 47-NP., ஜவாஹர்லால் நேரு சாலை, ஈக்காடுதாங்கல், சென்னை - 600 032

◆◆ Iyer Vadamal, Maithreya Poosam-I, Aug 1978 / 174 cm / PhD (USA) Clean Habits, Scientist IBM, NY Innocent legal Divorcee, Immediate separation, No Cohabitation, No Consummation of Marriage, seeks unmarried smart and educated Tamil Iyer / Iyengar Girl. Mail to matrijayam@gmail.com or Box No.15964

◆◆ Bruhatcharanam, Bharatwajam, Uthiram Iyer, Mumbai, 48 / 160, M.A. Business Rs.60,000/- pm Good family, healthy seeks bride. Subsects no bar. Simple marriage. Handicapped, Divorcees, widows can apply. email : mailrajagopal46@rediffmail.com Box No.15965

◆ ஐயர் வடமாள், பாரத்வாஜம், பூசம், B.Com, NIIT, July 1969, 175 cm, Rs.10,000, தனியார் கம்பெனி சொந்த வீடு, அக்கா தங்கை இல்லை. தம்பி கல்யாணமானவர். எதிர்பார்ப்புகள் இல்லை. உட்பிரிவு சம்மதம். போன் : 22661768. பெட்டி எண் 15966

◆ Tanjore Iyer, Vadamal, Kousikam, Rohini (Rishabham) April 1980, 5.6', B.Com, (MCA), Diploma in Computer Software / Hardware, Networking, Asst. Manager, MNC at Delhi, Rs.3 lacs per annum, clean habits, expects graduate employed

திருமண மலர் பகுதியில் இடம்பெறும் விளம்பரங்கள் அனைத்தும் விளம்பரம் செய்பவர்களின் கையொப்பத்துடன் ஏற்றுக் கொள்ளப்படுகின்றன. மணமகள் அல்லது மணமகன் பற்றிய வயது, வருமானம், அந்தஸ்து உள்ளிட்ட இதர விவரங்கள் விளம்பரதாரர் தரும் குறிப்புகளின் அடிப்படையில் பிரசுரிக்கப்படுகின்றன. இந்த விவரங்களைக் கொண்டு தொடர்பு கொள்ளும் பெற்றோர்கள் அவை சரியான விவரங்களா என்று தனிப்பட்ட முறையில் விசாரித்து உறுதிசெய்து கொள்வது நல்லது. மேலும் வாழ்க்கைத் துணையைத் தேர்ந்தெடுக்கும்பொழுதே மருத்துவப் பரிசோதனையும் மேற்கொண்டால் பிறவிக் குறைபாடுகளுடன் குழந்தைகள் பிறப்பதைத் தடுக்கலாமே! - பதிப்பாளர், மங்கையர் மலர், சென்னை 600 032

/ non employed girl. Contact Ph : 0120-2533531, Mob 09810598723. Box No.15967

◆ Iyer, Brahacharanam, Gouthama, Visakam, 45/5'11" B.Com, Own well run business at Chennai. Rs.1.20 lakhs p.a. Own house. Seeks bride +2 / Degree. No expectation / simple marriage. Subsect no bar. Box No.15968

◆ ஐயர், வடமாள், ஆத்ரேயம், கேட்டை, 30 / 165. ITI - Lift Erector - Singapore. 65,000/- pm தகுந்த மணமகள் தேவை. உட்பிரிவுகள் சம்மதம். Ph : 9944877244. Box No.15969

◆ வடமாள், கௌண்டின்ய, மூலம் -II, 77 / 182, ICWA, CA, CIME, இன்னும் லண்டனில் மேல்படிப்பு படிக்கும் வரனுக்கு பெண் தேவை. வயது 25 - 28 / 165 செ.மீ. மேல், நல்ல குடும்ப பட்டதாரி பெண் தேவை. பெட்டி எண் : 15970

◆ Vadakalai, Iyengar, Viswamitram, Poosam, 44, 170 cm, BA, Very Fair, Selfemployed at Mantralayam, Rs.7,000/- pm seeks bride kalai no bar. Expectations Nil. Iyer, Rao no bar. Cell : 9176693363. Box No.15971

◆ Iyer, Vadamal, Viswamithra gothram, Hastham, 30, 160 cm, Chevvai Jadhagam, Own Business in Tirupur, 30,000/- pm Fair Clean habits, seeks homely good looking girl, subsect acceptable, contact : 9444577210, 9952363530. Box No.15972.

◆ Tamil Iyer, Brahacharanam, Sankruthi, Uttarattathi, 31, 5'10", Fair, Clean habits, MCA / SWE / MNC / Chennai. Rs.40,000/- pm Seeks employed girl preferably at Chennai. Contact : 0431-2437251, 044-24356541. Box No.15973.

◆ சைவப் பிள்ளை, சிவ/பூரம் - 31/ 162. மென் பொறியாளர், MCA, சென்னை எதிர்பார்ப்பு குடும்பப் பாங்கான பட்டதாரிப் பெண் - முன்னுரிமை, சென்னையில் வேலை பார்க்கும் பெண். பெட்டி எண் : 15974

◆ ஐயர், வடமாள், நைத்ருப காசியபம், ரோகிணி 14.7.1966, B.Com வருமானம் மாதம் 1 லட்சம் குவைத்தில் பணிபுரியும் வசதியுள்ள, இளமை தோற்றமுடைய, குழந்தை இல்லாத சட்டப்படி விவாகரத்தானவருக்கு ஓரளவு படித்த 35 வயதுக்குட்பட்ட குடும்ப பாங்கான பிராமணப் பெண் தேவை. தொடர்புக்கு : 044-22233303. பெட்டி எண் : 15975.

◆ Bramin, Iyer, Vadama, Bharath-

wajam, Bharani, B.Sc., M.A., December 62, 5'7", Southern Railway Rs.16,000/- Fair Seeks employed / unemployed girl. 9840324536, 22480807. Box No.15976

◆ Never married, Vadamal Iyer, 47 years, Haritha, M.A., M.Ed., Kettai, 5.5 Technical Assistant, BSNL (Government) Rs.18,000/- pm Anantapur, Andhrapradesh. Seeks any brahmin educated bride, Issueless Divorcee also accepted. Ph : 94448 33379, 044-24721634. Box No.15977

◆ Vadamal, N.Kasyap, Maham, December 65 / 185 / 50,000 pm. +2, Dip. Automobile, SBI LIC UTI Consultant, Press Reporter Walajapet, Mother only. 9952028325 - Mrs.Rama (or Panchapakesan 9840330531) Divorcee, widow excuse. Website : ssmatri.com ID 53571. Box No.15978

◆◆ ஐயர், வடமாள், பாரத்வாஜம், கேட்டை, 1.9.1976 / 175 செ.மீ. DME, MNC மாதவருமானம் ரூ.45,000/- நல்ல நிலையில் உள்ள நல்ல தோற்றமுள்ள பெற்றோர் இல்லாத பையனுக்கு ஓரளவு படித்த மணப்பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். செல் 99410 07979. பெட்டி எண் 15979.

◆◆ Tamil Iyer, Ashtasahasram, Bharatwaja, Barani, 34 years, Graduate, working in MNC, Earning 2.5 L per annum, Seeks suitable employed girl, subsect no bar. Contact : 9442509300. Box No.15980

◆ R.Lakshmi Narasimhan, Uthirattadhi, Kannada Iyer (Hosini)

Kashyapa, May 1977, 170 cms, Fair, BA (Corp. Secy) Computer Courses Process Officer - Siemens Info Services P. Ltd. Rs.10,000/- pm Seeks Graduate, employed girl. Subsect no bar in Kannada / Tamil Iyer. Contact Ph : 9944100968. Box No.15981

◆◆ Iyer, Vadama, Srivatsa, Revathi IV, (Suththa Jadhagam), April 1973, well settled, propertied, self made businessman, builder & promoter, B.Com / 170 cms / 15 lakhs per annum, seeks graduate girl from a good family background, 7th & 8th place in horoscope must be vacant. Refer TM ID M1488503 / 9884256058 / brgpal@gmail.com Box No.15982.

◆◆ Iyer, Vadama, Bharatwajam, Krithigai IV, March 1975 / 173 cms, Very fair, B.Com, MBM, Very well settled, Propertied, Businessman, trading of rubber & allied products, 5 lakhs per annum, only son, seeks graduate girl from a good family background. Refer www.ssmatri.com ID 55785/75 or 94448 92051 or kaybrpolymers@gmail.com. Box No.15983.

◆ கார்காத்த வேளாளர், சைவம், 51, MSC 30,000/- அரசு பணி, மண மாகாதவர். பெண்ணின் விபரம் (Bio-data) ஜாதகம் (ராசி + அம்சம்), போட்டோ (R) (அவசியம்) முழு குடும்ப விபரம், உறவினர் உள்ள ஊர்கள் சுயவிலாசக்கவர் இவை அனைத்துடன் விண்ணப்பிக்கவும். பெட்டி எண் 15984.

◆ Iyer Vathima Avittam II, 40/172/DEE/40,000/- / Legal Divorcee well settled Delhi Seeks suitable good-looking Tamil Iyer bride, Divorcee, widow w/i also can apply email : cateye1@gmail.com (M) 098118 71718. Box No.15985

◆◆ Iyer Sankruti Brahacharanam Tiruvadirai PG / 175 cms / July 1976, Asst. Vice President, leading private sector Bank, Bangalore seeks suitable match. Contact : iyermatch@yahoo.com Box No.15986

◆ Bharadwajam, Hastham, Meena Lagnam, with mars in Seventh, Requires, Literate, unencumbered healthy, well mannered, affectionate, any brahmin lady, from respectable, family, to take care of a boy aged four years and the child's father-who lost his wife two years back, crossed forty years, healthy, Tall-very fair, good-looking, B.Com and diploma, personnel management, having an industry, with own flat. And few sites in the city with adequate income. All presently staying with the child's paternal Octogenarian pensioner grand parents, in their own house, contact with bio-data, horoscope, Phone Number. Box No.15987

◆ Iyer Vadamal. 1) Srivatsam Aunusham 37/179, Graduate DME, Service Engineer, Coimbatore. 2) Barani, 34/180, BE, MNC, Bangaloru, for suitable brides. subsect all brahmins acceptable. Contact jaishankarbjs@yahoo.com Ph : 0422-2414191, (O) 9880932740 Box No.15988

◆ வடகலை, ஸ்ரீவத்ச கோத்திரம், பரணி நட்சத்திரம், 44 வயதில் உள்ள மணமகனுக்கு பெண் தேவை. மத்திய அரசு பாதுகாப்பு துறை, டில்லியில் வேலை. மாத வருமானம் ரூ.22,000/- தொடர்பு கொள்ளவும். ஆர்.ரங்கராஜன், 04563-264665, 9994793240. பெட்டி எண் 15989.

◆ Seeks Bride for palakkad Aiyar Gouthama, Aswathi 1975 CA (Inter) Senior Executive Bajaj Group Kolkata Rs.40,000/-pm Contact (033) - 64597158. Email : venkat 161175@gmail.com. Box No.15990

◆ Iyer Vadamal, Koundinyam, Swathi, M.Com., PGDPM, 45/170, PSU Divorcee no issues, seeks educated decently employed bride. Subsect no bar. Contact 94447 55144, 9841405909. Box No.15991

◆ வீ.ஈஸ்வரன் வடிவேல் - திருநெல்வேலி சைவ பிள்ளை ரோகிணி, 10.6.1972, 168 செ.மீ., மாநிறம், பி.காம்., பி.ஜி.டீ.சி.ஏ., மாயா சாப்ட்வேர், பெண்டா மீடியா, சீனியர் மார்கெட்டிங் எக்சிகியூட்டிவ், சாக்ஷி தெலுங்கு சேனல், சென்னை பிராஞ்ச், மாத சம்பளம் ரூ.20,000/- டிகிரி படித்த வேலை பார்க்கும் அல்லது பார்க்காத மணமகள் தேவை. எதிர்பார்ப்பு : சைவ பிள்ளை / சைவ செட்டியார் / கார்காத்தார் - தொடர்பு தொலைபேசி : 044-28440903. பெட்டி எண் 15992

◆ வடமாள் / காசியப / திருவாதிரை, DME, 35 வயது, தனியார் கம்பெனி, 2.4 லட்சம் வருட வருமானம் தகுந்த



ஆகஸ்ட் 2009 மாத இதழுக்கான திருமண மலர் விளம்பரங்கள் எமது அலுவலகத்திற்கு வந்து சேர வேண்டிய கடைசித் தேதி : 6.7.2009

மணப்பெண் தேவை. அணுகவும். S. வெங்கடரமணன், பிளாட் நம்பர் 18, AIBEA நகர், திருவானைக்காவல், திருச்சி - 620 005. 9486633654

◆ ஐயர், பிரஹசரணம், குத்சவ கோத்ரம், உத்ரம், 33, 5.6, 40,000 pm, ITI படித்து Singapore-ல் வேலை பார்க்கும் வரனுக்கு 10th, +2 படித்த பெண் தேவை. Contact முத்துராம லிங்கம், Retd. Teacher, பாறைத் தெரு, குன்றக்குடி - 630 206. போன் : 04577-264552

◆ ஐயர், கபில, சதயம், வாத்திம்மாள், 39, 5.7", BA, அமெரிக்கன் MNC கம்பெனி டில்லி மாத வருமானம் ரூ.30,000/- நல்ல குடும்பத்தைச் சேர்ந்த மணப்பெண் தேவை. உட் பிரிவுகள் சம்மதம். TID No.M1203326. Cell : 09810637343. A.Kannan, Sector II, Pocket - 6, Flat 446, Rohini, Delhi - 110 085.

◆ வடகலை, ஸ்ரீவத்ஸ, 1968, BA, சித்திரை, மாதம் ரூ.50,000, ஹோல் சேல் ஏஜென்ஸி, சொந்தவீடு, கார் உள்ள பையனுக்கு பிராமண வகுப் பைச் சேர்ந்த பெண் தேவை. தொடர்புக்கு ஆர்.சீனுவாசன், எண் 39, ராஜாஜி தெரு, தென்பாதி & Po - 609 111, சீர்காழி (தாலுக்கா), நாகப் பட்டினம் மாவட்டம், போன் : 04364-270642.

◆◆ ஐயர் வடமாள், பாரத்வாஜம், புனர்பூசம் - 30/6 அடி B.Sc., தனியார் நிறுவனம் 18,000/- மணமகள் தேவை. தொடர்பு கொள்ளவும் P.K. வெங்கட் ராமன், 8/8, வெங்கட்ராமன் தெரு, ஞானமூர்த்தி நகர், அம்பத்தூர், சென்னை - 53. Ph : 9380199749, 9884232610

◆◆ ஐயர், அஷ்டசகஸ்ரம், காசிப கோத்திரம், பூரட்டாதி, ஆகஸ்ட் 1973, 175 செ.மீ. M.A., Pub. Admn. (கம்ப்யூட்டர்) தனியார், மாதசம்பளம் ரூ.50,000/- சென்னை யில் சொந்த வீடு உள்ள மாநிறமான பையனுக்கு நல்ல மணப்பெண் தேவை. தொடர்புக்கு 9840224115, 9840611159. ஆர்.பராசக்தி, ID, AKB Aashiana, No.13, ஹனுமார் கோயில் தெரு, ராதா நகர், குரோம் பேட்டை, சென்னை - 44.

◆◆ வடஆர்காடு, ஐயர், வடமாள், ஸ்ரீவத்ஸம், சித்திரை 26 / 5'6" M.Com., சுத்த ஜாதகம் வங்கி, சென்னை, தகுந்த வேலைக்குச் செல்லும் குடும்பப்பாங்கான பட்ட தாரி மணமகள் தேவை. P.V. Chandrasekaran, 30/4, Flat No.6, B.B.C., Orchid Court, திலக் தெரு, வடக்கு தியாகராய நகர், சென்னை - 600 017. Ph :28343809 / 2489149I / 23710855

◆ Iyer, Vadama, Vathoolam, Pooratathi, 38, PG, 170 cm, 35,000 Seeks Graduate Girl, Simple early marriage. Subsect acceptable. M.V. Gopalan, Nat West Pearl, Sivaprahasam Nagar II St., Madipakkam, Chennai - 91. Ph : 22581512.

◆ ஐயங்கார், தென்கலை, புனர்பூசம், பாரத்வாஜம், 7.3.1971, 5'7", B.Sc., C.A., (Inter), நல்ல நிறம், சொந்த வீடு, நிலம் உண்டு. மாத வருமானம் ரூ.50,000/- திருச்செங்கோட்டில் ஆடிட்டராகப் பணிபுரியும் வரனுக்கு

வேலையில் உள்ள / இல்லாத படித்த பெண் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். S.Seethalakshmi Ramanujam, 6, Sri Raghavam, Subramanyapuram 8th St., North Extn., Karaikudi - 630 003. Cell : 9443900033.

◆◆ Iyer, Vadamal, Srivatsam, Moolam, 39 Years, 165 cm (BA) Business, 15,000/- pm seeks employed /unemployed girl. Subsect no bar. S.Lakshmi Narayanan, 6/26, Second Bharathiar Street (South), Palavanthangal, Chennai - 600 114. Cell : 99402 66465.

◆ Iyer, Tamil, Vadama, Kowsiga, SSLC, uthirattathi, 45, PVT, Concern, 8,000 pm looking Smart, Below 42, issueless widow (or) Divorcee Acceptable. K.R.Bhagyalakshmi, No.235, 8th Main, Byrasandra Jaya Nagar, Bangalore - 560 011. Ph : 9980512052.

◆ ஐயர், வடமாள், கௌண்டிண்யம், அனுஷம், 5'8'', 18.10.1974, சுய தொழில், B.Com., Rs.20,000/- pm, உட்பிரிவு சம்மதம், தகுந்த மணமகள் தேவை. ஆர்.லக்ஷ்மிகாந்தன், 6/21, முருகன் தெரு, சைதாப்பேட்டை, சென்னை - 15, போன் : 24700004

◆ Iyer, Vadamal, Bharadwajam, Pooram, MA, DECT, Aptech, 35/170 cms, Handsome, Fair, Corporate Sales Manager, Bangalore. Decent Salary, Seeks Bride. Contact Venkat, 1759, 4th D Cross, 9th Main, HAL 3rd Stage, Bangalore - 560 075. Ph: 080-25257789, 09448454258.

◆ பாரத்வாஜம், பிரஹசரணம், மா நிறம், 39 / 165 செ.மீ. / ரூ.20,000/-

மாதம், ஹைதராபாத்தில் பிரைவேட் கம்பெனி யில் வேலை / சொந்த வியாபாரம், பையனுக்கு எட்டாவது / பத்தாவது படித்த, 33 வயதுக்கு மேல், செவ்வாய் தோஷம் உள்ள, பிராமின் மணமகள் தேவை. தாய்மொழி எதுவாக இருந்தாலும் சம்மதம். விருப்பமுள்ள வேறு மத பெண்களும் / டைவர்ஸ் ஆன பெண்களும் தொடர்பு கொள்ள லாம். S.Y.விஸ்வநாதன், 7-12, ஹனு மான் கோவில் அருகில், பழைய மல்காஜ்கிரி, ஹைதராபாத் - 500 047. செல்போன் : 9959842778 / 9000776773.

மணமகன் தேவை

◆ சோழிய வெள்ளாளர் ஒரே பெண் சைவம் வயது 26, உயரம் 5.6' அடி BE, Wiproவில் பணி. மாத வருமானம் ரூ.30,000/-. B.E. படித்த மணமகன் தேவை. சைவம் வர வேற்கத்தக்கது. தொடர்பு காலை 10 மணிக்குள் மாலை 5 மணிக்கு மேல். Phone : 04142-255988. Box No.20373

◆◆ Single Parent (Divorcee) Mother Seeks groom for her only daughter, 22 year Iyer, Vadamal. Uthiram 3, Bharatvajam, a degree holder from Chennai with USA Green Card Holder. Groom born & broughtup in India and settled in USA with work permit / Greencard / Citizenship below 27 years preferred. Email : hindu0205@yahoo.com. Box No.20374.

◆◆ Vadakalai, Srivatsam, Visakam4, 32 / 163. Issueless Innocent Legal Divorcee, M.Sc., IIT SWE 10 L p.a. Seeks suitable Groom Below 38, Email : ramakrisp76@yahoo.com Box No.20375

◆◆ Reddiar Vegetarian Maham 31/ 164 / MCA / Fair Software Engr. USA. Legally Divorced within a Year 2008. Innocent. No Children. Parents Seek Professionals / Business employed India / Abroad including Brahmins unmarried / Divorcee. No Children. Age 31 to 37. Prefer vegetarians. BHP:sriganesha1@ yahoo.com Box No.20376

◆ South Indian Iyer family living in Australia seek suitable alliance for their daughter, age 32, height 163 cm, weight 60 kg. average build, complexion fair, advanced Diploma in Accounts, currently working as postal officer. Boy should be graduate/diploma holder willing to settle in Australia. Contact : vgkl_krish@ bluebottle.com Box No.20377.

◆ Vadakalai, Bharadwajam, Anusham, Jan 81/155 cm, B.Com. Employed 15,000/- pm Chennai, Legal Divorcee without encumbrance Seeks Iyengar, Groom Preferably in Chennai, below 35 years, earning minimum Rs.30,000/- pm. K.Desikan, Ph : 65415249 or Panchapakesan, 9840330531. web : ssmatri.com ID-NLGIG-3075/81. Box No.20378

◆ Athreyam, Iyer, Brahacharanam, Pooram 2, November 1981, 5'7". BE, MNC 8 Lacs. Seeks bridegroom between 29-31 PG above 9 Lacs TMID M1575493, Contact only If profile and photo suitable : S.Jeya raman, 044-23775831 / 9444036902, sjr1946@gmail.com Box No.29379

கோயில் திருநீறு

கோயில் பூசாரிகள் பக்தர்களுக்கு, நெற்றியில் இடும் அளவுக்கு திருநீறும், குங்குமமும் கொடுத்தால் போதும். தேவைக்கு மீறி கொடுப்பதால் பக்தர்கள் நெற்றியில் இட்டது போக மீதித் திருநீறு, குங்குமத்தை கோயில் சுவரிலேயே தட்டிவிட்டுச் செல்கிறார்கள். இதனால் கோயில்கள் பாழாகி விடுகின்றன. 'கோயில் சுத்தம் கோடி புண்ணியம்' என்று சொல்வார்கள். பக்தர்களுடன் இணைந்து கோயில் பூசாரிகளும் ஒத்துழைத்தால் தூய்மை காக்கலாம்.

- பெ. கஸ்தூரி பிரகாஷ்,

மதுரை - 20



◆◆ **For a Kannada Smartha Bharadwaja Thiruvadirai 24 / 5'1" fair slim B.Com, MCA girl executive in Private Bank Chennai. Seeks alliance with well employed, good family background boy ME / BE / CA. Kannada, Tamil Telugu Brahmin Subsects no bar. adityuvnktrmn @gmail.com Box No.29380.**

◆ Tamil Iyer Brahacharanam, Koundinyam, 163 cm, B.Com, Visakami-1, 1972, legal divorcee without encumbrance. Soft nature girl seeks understanding, good nature and affectionate groom. Simple Marriage. Box No.29381

◆ ஐயர், பிரகசரணம், ஸ்ரீவத்சம், மூலம்-1, டிசம்பர் 29.12.1978, உயரம் 150 செ.மீ. BE சாப்ட்வேர். வருமானம் ரூ.1,00,000/- மாதம். அமெரிக்காவிலிருந்து மாத இறுதியில் சென்னை வரும் பெண்ணிற்கு தகுந்த வரன் தேவை. எம்.ஜானகி, போன் : 91761 91932. பெட்டி எண் : 29382

◆◆ Telugu Brahmin (Tamilnadu settled), Mulakanadu, Haridasa, Dhanista (Avittam), 35 / 167, Software Engineer, USA, Green Card holder seeks South Indian Brahmin boy already employed in US. Email vgvindan@gmail.com Phone 044-2278 1842. No divorcee / no second marriage. Box No.20383

◆ ஐயங்கார், தென்கலை, 27, 5'5", காஸ்யப கோத்ரம், உத்திரட்டாதி, MCA, GNITT. நல்ல வேலையில் உள்ள மணமகன் தேவை. உட்பிரிவு சம்மதம். தொடர்புக்கு : 994635719. பெட்டி எண் : 20384

◆◆ **Iyengar, Graduate, 37, Well employed, good looking girl, legal divorcee without encumbrance seeks Tamil brahmin groom, below 43, graduate, well employed, clean habits. Send details horoscope, photo (must), Email reply2rose81@yahoo.com Box No.20385**

◆ ஜங்கம் (நாயுடு) திருவோணம், 26, 5'3" BE (CS) சாப்ட்வேர் இன்ஜினியராக (MNC)யில் பணிபுரியும், போலியோவினால் இடது கால் பாதிக்கப்பட்டு L Bow பயன்படுத்தும் அழகான மணப்பெண்ணுக்கு நல்ல பணியில் உள்ள குணமுள்ள, மணமகன் தேவை. பெட்டி எண் 20386

◆ Vadamal, Koundinyam, Krithigai (3), July 84 / 155 / V. Fair BE, Seeks Iyer (Vadamal / Brahacharanam) Profesional Well-to-do Family Chennai only. Own Business also acceptable. 9884033572, Website : ssmatri.com ID 81333. Box No.20387

◆◆ Iyer Vadama, Kousikam, Moolam, 4th Padam, 150, D/b November 79, Good looking very fair BE, S/W PM Bangalore. Seeks prof Qualified Bangalore based boy. Contact : 080-25473049. Box No.20388

◆◆ குறியிட்ட திருமண விளம்பரங்களை மங்கையர் மலரின் இணைய தளத்திலும் காணலாம். இதழுடன் சேர்த்து இணையதளத்திலும் வெளியிட கூடுதல் கட்டணம் ரூ. 100/- மட்டுமே

Our website : www.mangayarmalaronline.com

ஜூலை மாதம் எப்படி?

	செ	சுக்	சூ பு
குரு	1.7.2009 அன்று ராசி கிரகநிலை		கே
ரா			சனி
		சந்	

கிரக நிலை

ராசி பலன்களும், எளிய பரிகாரங்களும்



கணித்து வழங்குபவர் :
டாக்டர் முருகடிமை துரைராஜ்



மேஷம்

(அசுவினி, பரணி, கார்த்திகை 1ம் பாதம்)

மேஷ ராசி நேயர்களே! பெரும்பாலான கிரகங்கள் சாதகமாகவே உள்ளன. திருமணம் ஆகாதவர்களுக்குத் திருமணம் ஆகும். குடும்பத்தில் விருந்து விசேஷம் என எப்போதும் சந்தோஷம் நிலவும். அரசு வழி அனுகூலம் தேடி வரும். இளைய சகோதர வழியில் ஏற்றம் உண்டாகும். வேறு மொழி பேசுவோரின் உதவியும் ஒத்தாசையும் கிட்டும். உத்யோகத்திலிருப்பவர்களுக்குப் பதவி உயர்வு அதன் காரணமாக இட மாற்றமும் கிட்டும். இசைத்துறையினர்க்குப் புகழ் கூடும். கணவன் மனைவி இடையில் சந்தோஷக் காற்று வீசும். உணவு விஷயத்தில் மிகுந்த கட்டுப்பாடு தேவை.

3.7.2009 காலை மணி 7.54 முதல் 5.7.2009 மாலை மணி 7.31 வரை சந்திராஷ்டமம். புதிய முயற்சிகளில் நிதானம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் *6, 9, 1, 5.* அதிர்ஷ்ட நிறம் இளஞ் சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய் மாலை 3-4.30 மணிக்குள் பிரத்யங்கரா தேவியைக் கனி மாலை சாற்றி, தேன் கலந்த பேரீச்சம் பழத்தை வைத்து குங்கும அர்ச்சனை செய்து வழிபடவும். இயலாதவர்கள் அருகில் ஒரு சக்தி ஆலயம் சென்று வழிபடவும்.

ரிஷபம்

(கார்த்திகை 2, 3, 4 பாதங்கள், ரோகிணி, மிருக சீரிஷம் 1, 2 பாதங்கள்)

ரிஷப ராசி நேயர்களே! அறிமுகம் இல்லாதவர்களிடம் எச்சரிக்கையாக இருக்கவும். கண் சம்பந்தமான உபாதைகள் வர வாய்ப்பு உள்ளது. சகோதர வழி உறவுகளால் சங்கடம் உண்டாகும். தந்தையுடன் கருத்து வேறுபாட்டைத் தவிர்க்கவும். கணவன் மனைவி இடையில் கருத்தொற்றுமை தேவை. கூடி பேசி முடிவெடுத்தால் கோடி நன்மை உண்டாகும். காதலர்கள் வீண் வார்த்தை ஜாலங்களுக்கு மயங்க வேண்டாம். புதிய முதலீடு செய்யும்போது மிகமிக எச்சரிக்கை தேவை. மாணவர்கள் கடுமையான பிரயாசையெடுத்து படிக்க வேண்டும். பணியாளர்கள் அன்றாட அலுவலை அன்றே முடித்து, உயர் அதிகாரிகளிடம் பக்குவமாக நடந்து கொள்வது நலம். யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்து போட வேண்டாம்.

5.7.2009 மாலை மணி 7.31 முதல் 8.7.2009 காலை மணி 8.20 வரை சந்திராஷ்டமம். பண விவகாரங்களில் எச்சரிக்கை தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள்: *5, 6, 9, 4.* அதிர்ஷ்ட நிறம் வயலட்.

பரிகாரம்: யோக நரசிம்மரை வழிபடவும். இயலாதவர்கள் அருகில் உள்ள மகாவிஷ்ணு ஆலயம் சென்று வழிபடவும். அதுவும் இயலாதவர்கள் பிரதி வெள்ளிக்கிழமை காலை மணி 10.30 - 12 ராகு காலத்தில் வீட்டிலேயே குத்து விளக்கு ஏற்றி அதனை மகாலட்சுமியாக நினைத்து வழிபடவும்.





மிதுனம்

(மிருக சீரிஷபம் 3, 4 பாதங்கள், திருவாதிரை, புனர்பூசம் 1, 2, 3 பாதங்கள்)

மிதுன ராசி நேயர்களே! உமது புத்தி கூர்மையும் செயல்திறனும் பளிச்சிடும். தொட்டது துலங்கும். குடும்பத்தில் அவ்வப்போது சிற்சில ஊடலும் கூடலும் சகஜமே. குடும்பத்தினர் ஒருவருக்கு ஒருவர் அனுசரித்துப் போவதும் நலம். சிலர் பணி நிமித்தம் அல்லது உயர் கல்விக்காக வெளிநாடு செல்ல நேரும். தடைப்பட்ட பதவி உயர்வுகிடைக்க இடமுண்டு. புதிய முதலீடுகள் பெருகும். பங்கு வர்த்தகத்தில் எச்சரிக்கையுடன் ஈடுபடவும். யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்து போடவேண்டாம். இசை, நடனம் நடிப்பு போன்றவற்றால் புகழ் கூடும். கடன் தீரும். கவலை எதுவானாலும் அவை கதிர் முகம் கண்ட பனி போல விலகும். கடன் பைசல் செய்யும் மூல ஆவணங்களைத் தவறாமல் திரும்பப் பெறுவது அவசியம்.

8.7.2009 காலை மணி *8.20* முதல் *10.7.2009* இரவு மணி *9 - 10* வரை சந்தாஷ்டமம். புதிய முடிவுகள் எடுப்பதில் பதற்றம் தவிர்க்கவும் அதிர்ஷ்ட எண்கள் *1, 5, 6* அதிர்ஷ்ட நிறம் பச்சை.

பரிகாரம் : தினசரி சூரிய நமஸ்காரம் செய்க. சந்தியா வந்தனம் செய்யும். தாய் தந்தையின் மனமுவந்த ஆசீர்வாதத்தைப் பெறுவது அவசியம். பிரதி புதன் கிழமை மகாவிஷ்ணுவைத் துளசி மாலை சாத்தி வழிபடவும்.

(புனர்பூசம் 4ம் பாதம், பூசம், ஆயில்யம்)

கடகராசி நேயர்களே! உடல்நலனில் கவனம் தேவை. வயிறு சம்பந்தமான உபாதைகளுக்கு இடமுண்டு. பணம் கையாளும் பணியிலிருப்போர் மிக்க எச்சரிக்கையுடன் பணிபுரிதல் அவசியம். பிறர் பணத்தை வாங்கி வைத்திருந்து திரும்பக் கேட்கும்போது தரும் பழக்கத்தைத் தவிர்க்கவும். உமது மகன் அல்லது மகள் திடீர் காதல், திடீர் கல்யாணம் என வந்து நிற்பர். கணவன் மனைவி இடையில் கருத்தொற்றுமை அவசியம். கலந்து பேசி முடிவெடுப்பது நலம். பதவி உயர் காரணமாக வேலைப்பளு கூடும். தாயாரின் உடல் நலத்தில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தவும். சிலர் பூர்வீகம் விட்டு வேறு ஊரில் சென்று குடியமர நேரிடும். பங்கு வர்த்தகத்தில் ஈடுபட்டோருக்கு கையைக் கடிக்காமல் மீள்வதற்கு உகந்த வழி உண்டாகும். சொந்தபந்தங்களாலும் மூத்த சகோதரி வழியிலும் சங்கடமும் எதிர்பாராத செலவுகளும் உண்டாகும்.

10.7.2009 இரவு மணி *9.10* முதல் *13.7.2009* காலை மணி *8.34* வரை சந்திராஷ்டமம் கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் *1, 9.* அதிர்ஷ்ட நிறம் இளம் பச்சை மற்றும் வெளிர்நிறம்.

பரிகாரம் : தினசரி விநாயகரை வழிபடவும் காரிய சித்திமாலை படிக்கவும். பௌர்ணமியன்று அம்பாளைத் தரிசிக்கவும். இயலாதவர்கள் ஓம் சக்தி! பராசக்தி என ஜெபித்து வர நன்று.



கடகம்



சிம்மம்

(மகம், பூரம், உத்திரம் 1ம் பாதம்)

சிம்மராசி நேயர்களே! வாக்கினால் ஜீவனம் புரிவோர் ஏற்றம் பெறுவர். கொடுத்த வாக்குறுதிகளை நிறைவேற்றி விடலாம். உத்யோகப் பிரிவினருக்கு பதவி உயர்வு கிட்டும். புனிதஸ்தலங் களுக்குச் சென்றுவர நேரும். உயர் அதி காரிகளின் பாராட்டைப் பெறுவர். புதிய முயற்சிகளில் அபார வெற்றி கிட்டும். எதிர்பாராத பண வரவுகளுக்குப் பஞ்ச மில்லை. எதிரிகள் விலகுவர். கோர்ட் வழக்கில் வெற்றிகிட்டும். சிறு சிறு மனஸ்தாபம் காரணமாக பிரிந்து வாழும் தம்பதியர் இணைந்து வாழ இடமுண்டு. கருவுற்ற தாய்மார்கள் மிகவும் கவன முடன் செயல்படவும். பணி மற்றும் தொழில் நிமித்தம் வெளியூர் சென்றுவர மிக்க ஆதாயம் கிட்டும். சமுதாயப் பணி களில் ஈடுபட்டோர் மக்களின் பேராத ரவைப் பெறுவர். கூட்டுத் தொழில் புரி பவர்கள் எச்சரிக்கையுடனிருப்பது நலம். ஹேஷ்யபேரங்கள் அனுகூலம் தரும்.

13.7.2009 காலை மணி 8.34 முதல் 15.7.2009 மாலை மணி 5 மணி வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. புதிய முடிவுகளில் பதற்றம் வேண்டாம். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 1, 3, 5, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதோஷ காலத்தில் சிவாலய தரிசனம் செய்க. சிவபுராணம் படிக்கவும். 'சிவாய நம' என்றோ அல் லது 'ஓம் நமோ நாராயண' என்றோ சிந்தையாலே சொல்லுங்கள். இயலாத வர்கள் தினசரி 108 முறை எழுதுங் கள்.

கன்னி

(உத்திரம் 2, 3, 4 பாதங்கள், ஹஸ்தம், சித்திரை 1, 2 பாதங்கள்)

கன்னி ராசி நேயர்களே! 9ல் சுக்ரன் ஆட்சி இதனால் மகாலட்சுமி யோகம் உண்டாகிறது. 11ல் கேது, தெய்வபலம் மிகும். தொட்டது துலங்கும். பங்குவர்த் தகம் மேலோங்கும். மாமன், மைத்துனர் உறவு பலப்படும். அரசுக்குச் செலுத்த வேண்டிய தவணைகள் மற்றும் வரி பாக்கிகளைப் பைசல் செய்வீர்கள். பெண் களால் வாழ்வில் வளமும் நலமும் கூடும். வாக்கினால் ஜீவிதம் புரிவோர் ஏற்றம் பெறுவர். வெளிநாட்டுத் தொடர் பால் லாபம் மிகும். பெண்கள் விரும் பியதை வாங்கி மகிழ்வர். கணவன் மனைவி இடையில் அன்யோன்யம் அதிகரிக்கும். ஒருவருக்கு ஒருவர் புரிந்துணர்வுடன் விட்டுக்கொடுத்துப் போக நேரிடும். அரசியலில் செல்வாக்கு கூடும். புனித ஸ்தலங்களுக்குச் சென்று வர நேரும். ஞானிகள் மகான்கள் அரு ளாசி கிட்டும். இல்லத்தில் இனிமையும் உள்ளத்தில் மகிழ்ச்சியும் பெருகும். கடன் கணிசமாகத் தீரும்.

15.7.2009 மாலை மணி 5.06 முதல் 17.7.2009 இரவு மணி 10.01 வரை சந் திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 5, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பச்சை.

பரிகாரம் : பிரதி புதன் கிழமை மகாவிஷ்ணுவையும் பிரதி செவ்வாய் லக்ஷ்மி நரசிம்மரையும் வழிபடவும். விஷ்ணு சகஸ்ரநாமம் பாரா யணம் செய்க.





துலாம்

(சித்திரை 3, 4 பாதங்கள், சுவாதி, விசாகம் 1, 2, 3 பாதங்கள்)

துலாம் ராசி நேயர்களே! அரசு வழியில் கிடைக்கும் ஆணைகள் சாதகமாக அமையும். உயர் அதிகாரிகளிடம் சற்று பக்குவமாக நடந்து கொள்ளவும். அன்றாட அலுவல்களை அல்லது இலக்கினை சரியாக முடித்து விடுவது நலம். கண் சம்பந்தமான உபாதைக்கு இடமுண்டு; கவனமுடன் இருக்கவும். இளைய சகோதர வழியில் ஏற்றம் கிட்டும். விரோதிகள் விலகுவர். பூர்விகச் சொத்தில் வில்லங்கம் அகலும். சிலர் தந்தை செய்த பணிகளை ஏற்று நடத்த நேரிடும். பணம் கையாளும் பணியிலிருப்போர் மிகவும் கவனமுடன் பணி செய்வது நலம். வீட்டில் பெண்கள் அனுசரித்துப் போவது நன்று. யாருக்கும் ஜாமீன் கையெழுத்து போட வேண்டாம். நடிப்பு, நடனம், விளையாட்டு போன்றவற்றில் புகழ் கூடும்.

17.7.2009 இரவு மணி 9.01 முதல் 19.7.2009 இரவு மணி 11.41 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. புதிய முடிவுகள் எடுப்பதில் பதற்றம் தவிர்க்கவும். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 5, 6, 9, 4 அதிர்ஷ்ட நிறம் வயலட்.

பரிகாரம் : பிரதி வெள்ளிக் கிழமை ராகு காலத்தில் வீட்டில் விளக்குப் பூஜை செய்து சுமங்கலிகளுக்குக் குங்குமம் தாம்பூலம் தரவும். மஹாலக்ஷ்மி ஸத நாமஸ்தோத்திரம் பாராயணம் செய்வது நலம்.

(விசாகம் 4ம் பாதம், அனுஷம், கேட்டை)

விருச்சிக ராசி நேயர்களே! பெரும்பாலான கிரகங்கள் சாதகமாகவே உள்ளன. வெற்றிகளைச் குவிப்பீர்கள். வாக்குறுதிகள் அளித்த வகையில் சில சங்கடங்களைச் சந்திக்க நேரிடும். கருவுற்ற பெண்கள் கவனமாக இருக்க வேண்டும். மருந்து மூலம் அலர்ஜி உண்டாக இடமுண்டு. செய்தொழிலில் கடினப் பிரயாசை நிலவும். எனினும் வருவாய், லாபம் போன்றவற்றுக்குக் குறைவில்லை. உமது ஆலோசனையைக் கேட்டு நடப்பவருக்கும் நன்மைகள் பெருகும். விவாக ரத்து கோரிய வழக்கில் திடீர் திருப்பம் நிகழும். இஷ்ட தெய்வ, குலதெய்வப் பிரார்த்தனைகளுக்கு நல்ல பலன் கிட்டும். பிரயாணத்தின்போது உமது உடமைகளில் கூடுதல் கவனம் செலுத்தவும். புதிய முதலீடுகள் செய்வதில் வெற்றி நிச்சயம். உணவுக்கூடம், பல சரக்கு, கணினி மையம், ஒப்பனை மையம் போன்ற தொழில் புரிபவர்கள் ஏற்றம் காண்பர். வேறு மொழி பேசுவோரால் எதிர்பாராத உதவி கிடைக்கும் 19.7.2009 இரவு மணி 11.43 முதல் 21.7.2009 இரவு மணி 11.38 வரை சந்திராஷ்டமம் கவனம் தேவை. பாக்கிகளை வசூலிப்பதில் பதற்றம் தவிர்க்கவும். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 6, 9, 1, 5 அதிர்ஷ்ட நிறம் இளஞ்சிவப்பு.

பரிகாரம் : பிரதி செவ்வாய், ஸ்ரீதேவி கருமாரியம்மனை வழிபடவும். ராகு காலத்தில் 3 - 4.30 மணிக்கு துர்க்கையம்மனுக்கு தீபம் ஏற்றி குங்கும அர்ச்சனை செய்க. துர்க்காஸ்தவம் (ஸ்ரீ துர்க்கைச் சித்தர் அருளியது) பாராயணம் செய்க. கைமேல் பலன் உறுதி!

விருச்சிகம்





தனுசு

(மூலம், பூராடம், உத்திராடம் 1ம் பாதம்)

தனுசுராசி நேயர்களே! உமது ராசி நாதன் 9ல் உள்ள சனிபகவானைப் பார்ப்பதால் பூர்வீக தனம் கிடைப்பதில் நிலவிய சிக்கல் தீரும். வெளிநாடு செல்ல எடுத்த முடிவுகள் சாதகம் ஆகும். வரவேண்டிய பாக்கிகள் வசூல் ஆகும். கடன்தீரும். காதல் மனஅமைதி தரும். மகன் அல்லது மகள் வாழ்வில் வசந்தம் வீசும். கோர்ட் வழக்கில் வெற்றி கிட்டும். தாய் வழியிலான உதவியும் ஒத்தாசையும் கிட்டும். உத்யோகம் புரிபவர்கள் விரும்பிய இடமாற்றம் பெறுவர். கல்வி பயில்வோர் கருத்துடன் படிப்பது நலம். பண விவகாரத்தில் எப்போதும் விழிப்புடன் இருப்பது நலம். சிலர் தந்தையின் தொழிலை ஏற்று நடத்த நேரும். திருப்பணிகளில் ஈடுபட வாய்ப்புள்ளது. தெய்வீகப் பிரார்த்தனைகளை விருப்பமுடன் நிறைவேற்றுவீர்கள். பங்குவர்த்தகம் மிகவும் பயன்தரும். பணம் தண்ணீராய்ச் செலவாகும். கணிசமாக ரொக்கம் எடுத்துக் கொண்டு பிரயாணம் செய்வதைத் தவிர்க்கவும்.

21.7.2009 இரவு மணி *11.38* முதல் *23.7.2009* இரவு மணி *11.10* வரை சந்திராஷ்டமம். அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 8, 6, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பொன் நிறம்.

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் தட்சிணா மூர்த்தி நெய்தீபம் ஏற்றி மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும். இயன்ற அளவு உதவிகளைச் செய்து அவர்களது நல்லாசியைப் பெறுவது நலம்.

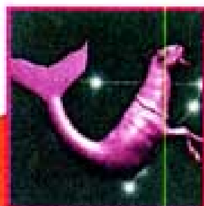
மகரம்

(உத்திராடம் 2, 3, 4 பாதங்கள், திருவோணம், அவிட்டம் 1, 2 பாதங்கள்)

குருபார்த்த சனி குபேரயோகம் தருவார் என்பது மரபு. அஷ்டமச்சனி என்ற கவலை வேண்டாம். செய்தொழிலில் புதுவித யுக்திகளைக் கையாள்வீர்கள். லாபம் மிகுந்து காணும். பூர்விக வீட்டில் குடியேற நேரும். பிரிந்து வாழும் தம்பதியர் இணைந்து வாழஇடமுண்டு. வீடு, மனை, பூமி வாங்கும் யோகம் உண்டு. ரியல் எஸ்டேட் செய்வோர் ஏற்றம் பெறுவர். அரசு வழியில் நிலவிய அச்சம் அகலும். மேல் முறையீடுகள் எதுவானாலும் மாதத்தின் முற்பகுதியில் வெற்றி கிட்டும். வெளிநாட்டுத் தொடர்பு கிட்டும். ஏற்றுமதி இறக்குமதி, மேன்பவர், சிவில் கன்ஸ்ட்ரக்ஷன், தோட்டக்கலை போன்ற தொழில் புரிவோர் மிகுந்த அனுகூலம் அடைவர். குடும்பத்தில் சுபசெலவுகள் வந்த வண்ணமிருக்கும். விலகிப் போன சொந்தங்கள் வந்து உறவாடுவர். தேவையற்ற பயணங்களைத் தவிர்க்கவும். பணம் கையாள்வதில் மிக்க எச்சரிக்கை தேவை. கணவன் மனைவி இடையில் கருத்து ஒற்றுமை தேவை.

23.7.2009 இரவு மணி *11.10* முதல் *26.7.2009* காலை *0.40* (*25.7.2009* இரவு மணி *12.40*) வரை சந் திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 9, 8 அதிர்ஷ்ட நிறம் நீலம்.

பரிகாரம் : பிரதி சனிக்கிழமை ஸ்ரீவெங்கடாஜலபதியை வழிபடவும். தினசரி வெங்கடேஸ்வர சுப்ரபாதம் கேட்கவும். அல்லது படிக்கவும்.





கும்பம்

(அவிட்டம் 3, 4 பாதங்கள். சதயம், பூரட்டாதி 1, 2, 3 பாதங்கள்)

கும்பராசி நேயர்களே! வாக்கினால் ஜீவனம் புரிபவர்கள் ஏற்றம் பெறுவர். குடும்பத்தில் குதூகலம் பெருகும். கொடுக்கல் வாங்கல் சரளமாகும். செய் தொழில் எதுவானாலும் பணியாட்களின் ஒத்தாசை கிட்டும். கொடுத்த வாக்கைக் காப்பாற்றலாம். இறையருள் கூடும். இன்னல் விலகும். கண்சம்பந்தமான உபாதைகள் வந்து விலகும். அரசுவழி அனுகூலம் கிட்டும். வெளிநாட்டுத் தொடர்பினால் தொழில் வழியில் மிகுந்த பரபரப்புடன் திகழ்வீர்கள். பெண்கள் விரும்பிய ஆடை அணிமணிகளை வாங்கி மகிழ்வர். ரியல் எஸ்டேட், சிவில் காண்ட்ராக்ட், தோட்டக்கலை, அழகு நிலையம், விளையாட்டு, கால்நடை வளர்ப்பு போன்ற பிரிவினர் முன்னேற்றம் அடைவர். தந்தையின் உடல் நலனில் மிக்க கவனம் தேவை. கணவன் மனைவி இடையில் ஒருவருக்கொருவர் விட்டுக் கொடுத்துப் போவது நலம். சிலரது காதல் கல்யாணத்தில் முடிய வாய்ப்புள்ளது. அரசுக்குச் செலுத்த வேண்டிய வரி பாக்கிகளைச் செலுத்தி விடுவது நன்று.

26.7.2009 காலை 0.40 (25.7.2009 இரவு மணி 12.40) முதல் 28.7.2009 காலை மணி 5.40- வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 9, 8. அதிர்ஷ்ட நிறம் புகை வண்ணம்.

பரிகாரம் : குருவாயூரப்பனைப் பக்தி சிரத்தையுடன் வழிபடவும். அவல் பாயசம் வைவேத்யம் செய்யவும். குறைகள் தீரும்.

(பூரட்டாதி 4ம் பாதம், உத்திராட்டாதி, ரேவதி)

மீன ராசிநேயர்களே! செய் தொழிலில் நிலவிய அலைக்கழிப்பு அகலும். செல்வந்தர்களின் நட்பு கிட்டும். கடன் தீரும். சகோதர வழியிலான உறவில் எதிர்பாராத சஞ்சலமும் சங்கடமும் உண்டாகும். பணப்புழக்கம் சரளமாகும். 3ல் சுக்ரன் ஆட்சியினால் விபரீத ராஜயோகம் உண்டாகிறது. சிலருக்கு வெளிநாடு செல்ல வாய்ப்பு கிட்டும். இஷ்ட தெய்வத்துக்கு மற்றும் குல தெய்வத்துக்கு நேர்த்திக் கடன் செலுத்துவீர்கள். வேற்று மொழி பேசுவோரால் நன்மை கிட்டும். பதவி உயர்வு காரணமாக இட மாறுதலுக்கு இடம் உண்டு. தாய் தந்தையர் உடல்நலனில் கூடுதல் கவனம் தேவை. தவணைகள் மற்றும் நிலுவை வரிகளைத் தடையின்றி செலுத்துவீர்கள். வெளிநாடு செல்வோர், பயண ஆவணங்களைக் கவனமாகக் கையாள்வது அவசியம். பேச்சில் பதற்றத்தைத் தவிர்க்கவும். இளம் குழந்தைகள் உடல் நலனில் கவனம் தேவை.

28.7.2009 காலை மணி 5.24 முதல் 30.7.2009 பகல் மணி 1.56 வரை சந்திராஷ்டமம். கவனம் தேவை. அதிர்ஷ்ட எண்கள் 3, 6, 8, 9. அதிர்ஷ்ட நிறம் பொன் நிறம்.

பரிகாரம் : பிரதி வியாழன் காலை 6 மணி முதல் 7 மணி வரை மௌன விரதம் அனுஷ்டிக்கவும். ஸ்ரீதக்ஷிணா மூர்த்திக்கு நெய்தீபம் ஏற்றி, மஞ்சள் நிற மலர்களால் அர்ச்சித்து வணங்கவும்.



மீனம்

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN/CC(S)DN/170/09-11 - Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN/CC(S)DN/103/09-11 - Registered as a Newspaper in Srilanka

வாத்துக் கோலம்!



எஸ்.ஏ.ஸ்வர்ணரேகா, நாச்சியாபுரம்.

அட்டைப்படம் : ஸ்ரீஹரி

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

ஜூலை 2009 இதழுடன் இணைப்பு

பாட்டி முறுக்கு

தேவை : பச்சரிசி - 1 படி, உளுத்தம் பருப்பு, எள்ளு - 1 பிடி, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : உளுத்தம்பருப்பைப் வறுத்துப் பொடித்து சலிக்கவும். பச்சரிசி மாவில் உளுந்தமாவையும் எள்ளையும் சேர்த்து நன்கு கலந்த பிறகு, கெட்டியாகப் பிசைந்து முறுக்கு சுற்றி, எண்ணெயில் பொறித்தெடுக்கவும்.

- அனுராதா, கோவை



வாசகியர் கைவண்ணத்தில் சட்டி பானை சமையல் 64!

என்றும் உங்களுடன்

மங்கையர் மலர்

ஜூலை 2009 இதழுடன் இணைப்பு

பாட்டி முறுக்கு

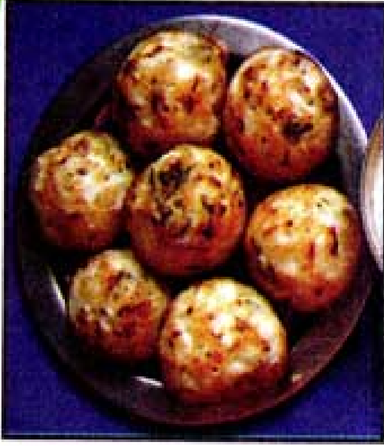
தேவை : பச்சரிசி - 1 படி, உளுத்தம் பருப்பு, எள்ளு - 1 பிடி, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : உளுத்தம்பருப்பைப் வறுத்துப் பொடித்து சலிக்கவும். பச்சரிசி மாவில் உளுந்தமாவையும் எள்ளையும் சேர்த்து நன்கு கலந்த பிறகு, கெட்டியாகப் பிசைந்து முறுக்கு சுற்றி, எண்ணெயில் பொறித்தெடுக்கவும்.

- அனுராதா, கோவை



வாசகியர் கைவண்ணத்தில் சட்டி பானை சமையல் 64!



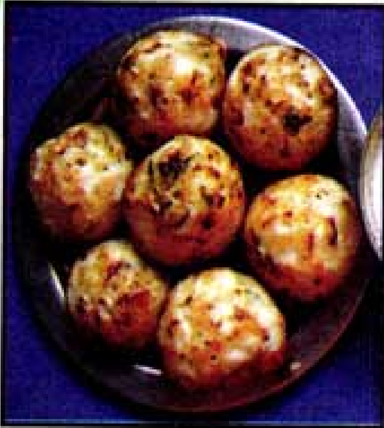
குழிப்பணியாரம்

தேவை : பச்சரிசி, புழுங்கல் அரிசி - தலா 1 கப், அவல், உளுந்து - தலா ¼ கப், பச்சை மிளகாய் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 6, தேங் காய்த் துருவல் - ½ கப், வெந்தயம், கடுகு, உளுந்து - தலா அரை டீஸ்பூன், புதினா, மல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்த அரிசி, உளுந்து, அவல், வெந்தயம் இவற்றை மைய அரைத்து உப்பு சேர்க்கவும். எண்ணெயில், கடுகு, உளுந்து தாளித்து வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், தேங்காயத் துருவல் சேர்த்து வதக்கி மாவில் சேர்க்கவும். பணியாரச் சட்டியில் ஊற்றி, திருப்பி வேக விட்டு எடுக்கவும்.

- வே.பத்மாவதி, திருப்பத்தூர்

2 Supplement to Mangayar Malar July 2009



குழிப்பணியாரம்

தேவை : பச்சரிசி, புழுங்கல் அரிசி - தலா 1 கப், அவல், உளுந்து - தலா ¼ கப், பச்சை மிளகாய் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 6, தேங் காய்த் துருவல் - ½ கப், வெந்தயம், கடுகு, உளுந்து - தலா அரை டீஸ்பூன், புதினா, மல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்த அரிசி, உளுந்து, அவல், வெந்தயம் இவற்றை மைய அரைத்து உப்பு சேர்க்கவும். எண்ணெயில், கடுகு, உளுந்து தாளித்து வெங்காயம், பச்சை மிளகாய், தேங்காயத் துருவல் சேர்த்து வதக்கி மாவில் சேர்க்கவும். பணியாரச் சட்டியில் ஊற்றி, திருப்பி வேக விட்டு எடுக்கவும்.

- வே.பத்மாவதி, திருப்பத்தூர்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கம்பங்களி

தேவை : வறுத்து அரைத்த கம்பு மாவு - 1 ஆழாக்கு, அரிசி நொய் - 1 ஆழாக்கு, தண்ணீர் - 4 ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : இரண்டு ஆழாக்கு கொதி நீரில், அரிசி நொய்யைப் போடவும். வெந்து கெட்டியானதும் இரண்டு ஆழாக்கு நீரில் கரைத்த கம்பு மாவைக் கொட்டிக் கிளறி, உப்பு சேர்த்து, உருண்டைகளாகப் பிடித்துப் பரிமாறவும்.

- கே. ராஜேஸ்வரி, மணப்பாறை



Supplement to Mangayar Malar July 2009 3

கம்பங்களி

தேவை : வறுத்து அரைத்த கம்பு மாவு - 1 ஆழாக்கு, அரிசி நொய் - 1 ஆழாக்கு, தண்ணீர் - 4 ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : இரண்டு ஆழாக்கு கொதி நீரில், அரிசி நொய்யைப் போடவும். வெந்து கெட்டியானதும் இரண்டு ஆழாக்கு நீரில் கரைத்த கம்பு மாவைக் கொட்டிக் கிளறி, உப்பு சேர்த்து, உருண்டைகளாகப் பிடித்துப் பரிமாறவும்.

- கே. ராஜேஸ்வரி, மணப்பாறை



சட்டி பானை சமையல் 64!



வாழைப்பூ குழம்பு

தேவை : ஆய்ந்த வாழைப்பூ - 15, இஞ்சி - 1 துண்டு, பூண்டு பற்கள் - 2, எண்ணெய், கடுகு, வெந்தயம் - தாளிக்க தலா ½ டீஸ்பூன், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், தேங்காய் - 6 துண்டுகள், மிளகாய்ப்பொடி, மல்லி பொடி - தலா 2 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தாளித்த கடுகு, வெந்தயத்தில் வாழைப்பூவை வதக்கி, கரைத்த புளி, உப்பு, பொடி வகைகளைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைக்கவும். தேங்காய், இஞ்சி, பூண்டு, சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து, பூ வெந்தவுடன் இறக்கவும்.

- கே.சரஸ்வதி, புதுக்கோட்டை

4 Supplement to Mangayar Malar July 2009



வாழைப்பூ குழம்பு

தேவை : ஆய்ந்த வாழைப்பூ - 15, இஞ்சி - 1 துண்டு, பூண்டு பற்கள் - 2, எண்ணெய், கடுகு, வெந்தயம் - தாளிக்க தலா ½ டீஸ்பூன், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், தேங்காய் - 6 துண்டுகள், மிளகாய்ப்பொடி, மல்லி பொடி - தலா 2 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தாளித்த கடுகு, வெந்தயத்தில் வாழைப்பூவை வதக்கி, கரைத்த புளி, உப்பு, பொடி வகைகளைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைக்கவும். தேங்காய், இஞ்சி, பூண்டு, சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க வைத்து, பூ வெந்தவுடன் இறக்கவும்.

- கே.சரஸ்வதி, புதுக்கோட்டை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

சோள சாதம்

தேவை : வெள்ளை சோளம் - 1 கப், தண்ணீர் - 2 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சோளத்தை நீர் தெளித்து பிசறி, உரலில் இடித்து, உமி நீக்கவும். சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில், புடைத்த சோளத்தைப் போட்டு வேக வைத்து உப்பு சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும்.

- என்.ஜே.வனஜா,
திருவாரூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 5

சோள சாதம்

தேவை : வெள்ளை சோளம் - 1 கப், தண்ணீர் - 2 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சோளத்தை நீர் தெளித்து பிசறி, உரலில் இடித்து, உமி நீக்கவும். சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில், புடைத்த சோளத்தைப் போட்டு வேக வைத்து உப்பு சேர்த்துக் கிளறி இறக்கவும்.

- என்.ஜே.வனஜா,
திருவாரூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!



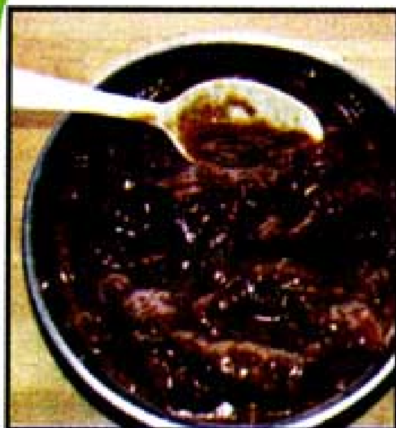
பூண்டு லேகியம்

தேவை : பூண்டு பற்கள் - 15, பால் - 1 கப், பனங்கற்கண்டு - 50 கிராம், நெய் - சிறிதளவு

செய்முறை : சுத்தம் செய்த பூண்டை, சட்டியில் சிறிது நெய் ஊற்றி நன்கு வதக்கவும். பாலைச் சேர்த்து வெந்த பூண்டை, மசிக்கவும். பிறகு, பனங் கற்கண்டு பொடித்து சேர்த்து, நெய் விட்டுக் கிளறவும்.

- சங்கரி விஸ்வநாதன், கும்பகோணம்

6 Supplement to Mangayar Malar July 2009



பூண்டு லேகியம்

தேவை : பூண்டு பற்கள் - 15, பால் - 1 கப், பனங்கற்கண்டு - 50 கிராம், நெய் - சிறிதளவு

செய்முறை : சுத்தம் செய்த பூண்டை, சட்டியில் சிறிது நெய் ஊற்றி நன்கு வதக்கவும். பாலைச் சேர்த்து வெந்த பூண்டை, மசிக்கவும். பிறகு, பனங் கற்கண்டு பொடித்து சேர்த்து, நெய் விட்டுக் கிளறவும்.

- சங்கரி விஸ்வநாதன், கும்பகோணம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

அகத்திக் கீரை பால் பொரியல்

தேவை : அகத்திக் கீரை - 4 கப் (சுத்தம் செய்தது), பசும்பால், தேங்காய்த் துருவல் - தலா ½ கப், மிளகாய் வத்தல் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 8, எண்ணெய் - 2 மேஜைக் கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா ½ மேஜைக்கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளிப்பில், வெங்காயத்தை நறுக்கி போட்டு, கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். பிறகு, பசும் பாலைச் சேர்த்து, சுண்டியதும் தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும்.

- டி.ராஜேஸ்வரி, சாத்தூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 7

அகத்திக் கீரை பால் பொரியல்

தேவை : அகத்திக் கீரை - 4 கப் (சுத்தம் செய்தது), பசும்பால், தேங்காய்த் துருவல் - தலா ½ கப், மிளகாய் வத்தல் - 2, சின்ன வெங்காயம் - 8, எண்ணெய் - 2 மேஜைக் கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா ½ மேஜைக்கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளிப்பில், வெங்காயத்தை நறுக்கி போட்டு, கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். பிறகு, பசும் பாலைச் சேர்த்து, சுண்டியதும் தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும்.

- டி.ராஜேஸ்வரி, சாத்தூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!



முருங்கைக்காய் கூட்டு

தேவை : முருங்கைக்காய் - 4, பெருஞ் சீரகம் - 1½ தேக்கரண்டி, தேங்காய் - ¼ மூடி, சின்ன வெங்காயம் - 6, சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய், கடுகு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய் வற்றல் 2 - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தேவையான அளவு தண்ணீரில் உப்பு சேர்த்து வெந்த முருங்கைக் காயில் இதர சாமான்களைச் சேர்க்கவும். தேங்காய், சீரகம் அரைத்த விழுதைக் கொட்டிக் கொதிக்கவிடவும். தாளிப்பைச் சேர்க்கவும்.

- எஸ்.மோகனா செல்வகணேசன்,
சோழிங்கநல்லூர்

8 Supplement to Mangayar Malar July 2009

முருங்கைக்காய் கூட்டு

தேவை : முருங்கைக்காய் - 4, பெருஞ் சீரகம் - 1½ தேக்கரண்டி, தேங்காய் - ¼ மூடி, சின்ன வெங்காயம் - 6, சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய், கடுகு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய் வற்றல் 2 - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தேவையான அளவு தண்ணீரில் உப்பு சேர்த்து வெந்த முருங்கைக் காயில் இதர சாமான்களைச் சேர்க்கவும். தேங்காய், சீரகம் அரைத்த விழுதைக் கொட்டிக் கொதிக்கவிடவும். தாளிப்பைச் சேர்க்கவும்.

- எஸ்.மோகனா செல்வகணேசன்,
சோழிங்கநல்லூர்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



காணக்கட்டு

தேவை : சுத்தம் செய்து, வெறும் சட்டியில் வறுத்த காணம் - 1 கப், புளித்தண்ணீர் - ½ கப், பூண்டுபற்கள் - 6, தக்காளி - 2, மிளகாய் வத்தல் - 3, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஒன்றிரண்டாக இடித்த பூண்டுடன், மிளகாய் வத்தல், தக்காளி, கறிவேப்பிலை அரைத்த விழுதைச் சேர்க்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கறிவேப்பிலை போட்டு, புளித் தண்ணீருடன் விழுதைச் சேர்க்கவும். காணம், உப்பு இரண்டையும் போட்டு நுரைத்தவுடன் இறக்கவும்.

- டி.கௌரி, தேனி



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 9

காணக்கட்டு

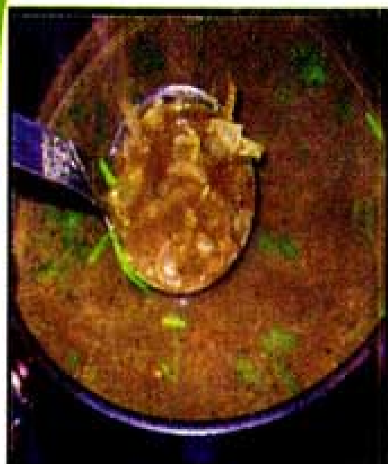
தேவை : சுத்தம் செய்து, வெறும் சட்டியில் வறுத்த காணம் - 1 கப், புளித்தண்ணீர் - ½ கப், பூண்டுபற்கள் - 6, தக்காளி - 2, மிளகாய் வத்தல் - 3, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஒன்றிரண்டாக இடித்த பூண்டுடன், மிளகாய் வத்தல், தக்காளி, கறிவேப்பிலை அரைத்த விழுதைச் சேர்க்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கறிவேப்பிலை போட்டு, புளித் தண்ணீருடன் விழுதைச் சேர்க்கவும். காணம், உப்பு இரண்டையும் போட்டு நுரைத்தவுடன் இறக்கவும்.

- டி.கௌரி, தேனி



சட்டி பானை சமையல் 64!



கறிவேப்பிலை தொக்கு

தேவை : ஆய்ந்த கறிவேப்பிலை - 1கப், புளி - எலுமிச்சை அளவு, சிவப்பு மிளகாய் - 4, மிளகு - ½ டீஸ்பூன், பெருங்காயத்தூள் - சிறிதளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் மிளகாய், மிளகு, உளுத்தம் பருப்பு வறுத்து எடுத்துக்கொண்டு, கறிவேப்பிலை, உப்பு, புளி, பெருங்காயம் சேர்த்து அரைக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து, விழுதைப் போட்டு வதக்கவும்.

- கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

10 Supplement to Mangayar Malar July 2009



கறிவேப்பிலை தொக்கு

தேவை : ஆய்ந்த கறிவேப்பிலை - 1கப், புளி - எலுமிச்சை அளவு, சிவப்பு மிளகாய் - 4, மிளகு - ½ டீஸ்பூன், பெருங்காயத்தூள் - சிறிதளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் மிளகாய், மிளகு, உளுத்தம் பருப்பு வறுத்து எடுத்துக்கொண்டு, கறிவேப்பிலை, உப்பு, புளி, பெருங்காயம் சேர்த்து அரைக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து, விழுதைப் போட்டு வதக்கவும்.

- கே.எஸ்.கிருஷ்ணவேணி, குடந்தை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

உளுந்தஞ் சோறு

தேவை : தோல் உளுந்தம் பருப்பு - 1 கப், பச்சரிசி - ½ கப், காய்ந்த மிளகாய் - 3, பூண்டு பற்கள் - 2, எள் - 1 தேக்கரண்டி, தேங்காய்த் துருவல் - 2 டீஸ்பூன், புளி, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சூடாக்கியச் சட்டியில், எள்ளை வறுத்து ஒன்றிரண்டாகப் பொடிக்கவும். அதே சட்டியில் உளுந்தம் பருப்பை வறுத்து, அரிசி, பூண்டு, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து, தண்ணீர் விட்டு குழைய வேக விடவும். உப்பு, புளி, மிளகாய் அரைத்த விழுதை உளுந்தஞ் சோறில், எள் எண்ணெய் கலந்து சாப்பிடவும்.

- மணிமேகலை அருள்ஜோதி, கடலூர் துறைமுகம்



Supplement to Mangayar Malar July 2009 11

உளுந்தஞ் சோறு

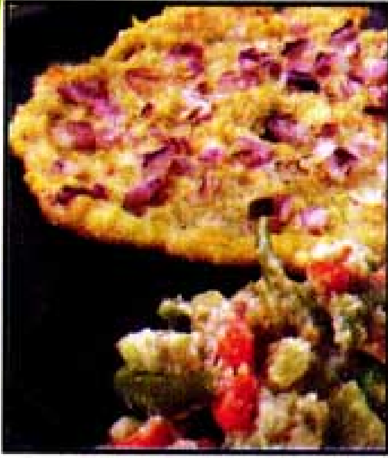
தேவை : தோல் உளுந்தம் பருப்பு - 1 கப், பச்சரிசி - ½ கப், காய்ந்த மிளகாய் - 3, பூண்டு பற்கள் - 2, எள் - 1 தேக்கரண்டி, தேங்காய்த் துருவல் - 2 டீஸ்பூன், புளி, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சூடாக்கியச் சட்டியில், எள்ளை வறுத்து ஒன்றிரண்டாகப் பொடிக்கவும். அதே சட்டியில் உளுந்தம் பருப்பை வறுத்து, அரிசி, பூண்டு, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து, தண்ணீர் விட்டு குழைய வேக விடவும். உப்பு, புளி, மிளகாய் அரைத்த விழுதை உளுந்தஞ் சோறில், எள் எண்ணெய் கலந்து சாப்பிடவும்.

- மணிமேகலை அருள்ஜோதி, கடலூர் துறைமுகம்



சட்டி பானை சமையல் 64!



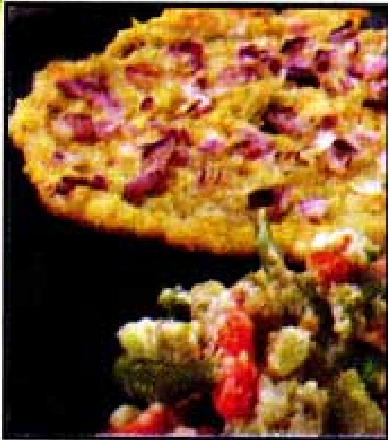
பரங்கி அடை

தேவை : அரிசி - ½ கப், எண்ணெய் - தேவைக்கு, கடலைப் பருப்பு - 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு - 3 டீஸ்பூன், துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு - தலா 2 டீஸ்பூன், சின்ன வெங்காயம் - 100 கிராம், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், பரங்கித் துண்டு - 1, சிவப்பு மிளகாய் - 2, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஊற வைத்த அரிசி, பருப்புகளைத் தனித்தனியாக உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து கரகரப்பாக அரைக்கவும். அதில் நறுக்கிய வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல், பொடியாக நறுக்கிய பரங்கிக் காயைச் சேர்க்கவும். வாயகல சட்டியில் மாவை ஊற்றி, எண்ணெய் விட்டு அடையாகத் தட்டவும்.

- ஆர்.கே.பொன்னி, அக்கரை வட்டம்

12 Supplement to Mangayar Malar July 2009



பரங்கி அடை

தேவை : அரிசி - ½ கப், எண்ணெய் - தேவைக்கு, கடலைப் பருப்பு - 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு - 3 டீஸ்பூன், துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு - தலா 2 டீஸ்பூன், சின்ன வெங்காயம் - 100 கிராம், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், பரங்கித் துண்டு - 1, சிவப்பு மிளகாய் - 2, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஊற வைத்த அரிசி, பருப்புகளைத் தனித்தனியாக உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து கரகரப்பாக அரைக்கவும். அதில் நறுக்கிய வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல், பொடியாக நறுக்கிய பரங்கிக் காயைச் சேர்க்கவும். வாயகல சட்டியில் மாவை ஊற்றி, எண்ணெய் விட்டு அடையாகத் தட்டவும்.

- ஆர்.கே.பொன்னி, அக்கரை வட்டம்

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பருத்திப் பால்

தேவை : பருத்திக் கொட்டை, பசும்பால், சர்க்கரை - தலா 1 கப், ஏலம் - சிறிதளவு

செய்முறை : முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்த பருத்திக் கொட்டையை அரைத்து, வடிகட்டி, இரண்டு முறை பால் எடுக்கவும். சட்டியில் பருத்திப் பாலை ஊற்றி, காய்ச்சிய பாலையும் சேர்த்துக் கொதித்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- ஜெகா, கும்பகோணம்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 13

பருத்திப் பால்

தேவை : பருத்திக் கொட்டை, பசும்பால், சர்க்கரை - தலா 1 கப், ஏலம் - சிறிதளவு

செய்முறை : முதல் நாள் இரவே ஊற வைத்த பருத்திக் கொட்டையை அரைத்து, வடிகட்டி, இரண்டு முறை பால் எடுக்கவும். சட்டியில் பருத்திப் பாலை ஊற்றி, காய்ச்சிய பாலையும் சேர்த்துக் கொதித்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- ஜெகா, கும்பகோணம்



சட்டி பானை சமையல் 64!



வேப்பம்பூ குழம்பு

தேவை : துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு- தலா 100 கிராம் (வேக வைக்கவும்), வெங்காயம், தக்காளி - தலா 2, சிவப்பு மிளகாய் - 10, புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, வெந்தயம், பூண்டு, இஞ்சி, பெருங்காயம், கடுகு, மஞ்சள் தூள், தேங்காய்ப்பல் - தலா சிறிதளவு, வேப்பம் பூ - ½ ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : குழம்புச் சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, மஞ்சள் தாளித்து, வேப்பம் பூவை வறுக்கவும். புளிக்கரைசலில் உப்பு சேர்த்து சட்டியில் ஊற்றி, வேக வைத்த பருப்புக்களைச் சேர்க்கவும். இதர அயிட்டங்களை வறுத்து, ஒன்றாகச் சேர்த்து மைய அரைத்து குழம்பில் கொட்டவும்.

- கே.ராஜேஸ்வரி, பம்மல்

14 Supplement to Mangayar Malar July 2009



வேப்பம்பூ குழம்பு

தேவை : துவரம் பருப்பு, பயத்தம் பருப்பு- தலா 100 கிராம் (வேக வைக்கவும்), வெங்காயம், தக்காளி - தலா 2, சிவப்பு மிளகாய் - 10, புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, வெந்தயம், பூண்டு, இஞ்சி, பெருங்காயம், கடுகு, மஞ்சள் தூள், தேங்காய்ப்பல் - தலா சிறிதளவு, வேப்பம் பூ - ½ ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : குழம்புச் சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு, கடுகு, மஞ்சள் தாளித்து, வேப்பம் பூவை வறுக்கவும். புளிக்கரைசலில் உப்பு சேர்த்து சட்டியில் ஊற்றி, வேக வைத்த பருப்புக்களைச் சேர்க்கவும். இதர அயிட்டங்களை வறுத்து, ஒன்றாகச் சேர்த்து மைய அரைத்து குழம்பில் கொட்டவும்.

- கே.ராஜேஸ்வரி, பம்மல்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

தேங்காய்ப்பால் அரிசிக் கஞ்சி

தேவை : பச்சரிசி - 1 கப், கெட்டித் தேங்காய்ப் பால் - ½ கப், பூண்டு பற்கள் - 5, வெந்தயம் - 1 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் அரிசி, பூண்டு, வெந்தயத்தைப் போட்டு, அளவான தண்ணீரில் வேக வைக்கவும். மசித்த கஞ்சியில், தேங்காய்ப்பால், உப்பு, தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு இறக்கவும்.

- க.சுப்புலக்ஷ்மி,
திருப்பத்தூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 15

தேங்காய்ப்பால் அரிசிக் கஞ்சி

தேவை : பச்சரிசி - 1 கப், கெட்டித் தேங்காய்ப் பால் - ½ கப், பூண்டு பற்கள் - 5, வெந்தயம் - 1 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் அரிசி, பூண்டு, வெந்தயத்தைப் போட்டு, அளவான தண்ணீரில் வேக வைக்கவும். மசித்த கஞ்சியில், தேங்காய்ப்பால், உப்பு, தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு இறக்கவும்.

- க.சுப்புலக்ஷ்மி,
திருப்பத்தூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!



மிளகுச் சட்னி

தேவை : மிளகு - 1 டீஸ்பூன், தேங்காய்த்துருவல் - அரை கப், புளி, உப்பு - தேவைக்கு, கடுகு - தாளிக்க, எண்ணெய் - 1 குழிகரண்டி

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில், மிளகை வெடிக்க விட்டு, தேங்காய்த் துருவல், புளி, உப்புடன் சேர்த்து மைய அரைக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து அரைத்த விழுதைப் பிரட்டி எடுக்கவும்.

- பி.ஜானகி, திருவெல்வேலி டவுன்

16 Supplement to Mangayar Malar July 2009



மிளகுச் சட்னி

தேவை : மிளகு - 1 டீஸ்பூன், தேங்காய்த்துருவல் - அரை கப், புளி, உப்பு - தேவைக்கு, கடுகு - தாளிக்க, எண்ணெய் - 1 குழிகரண்டி

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில், மிளகை வெடிக்க விட்டு, தேங்காய்த் துருவல், புளி, உப்புடன் சேர்த்து மைய அரைக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து அரைத்த விழுதைப் பிரட்டி எடுக்கவும்.

- பி.ஜானகி, திருவெல்வேலி டவுன்

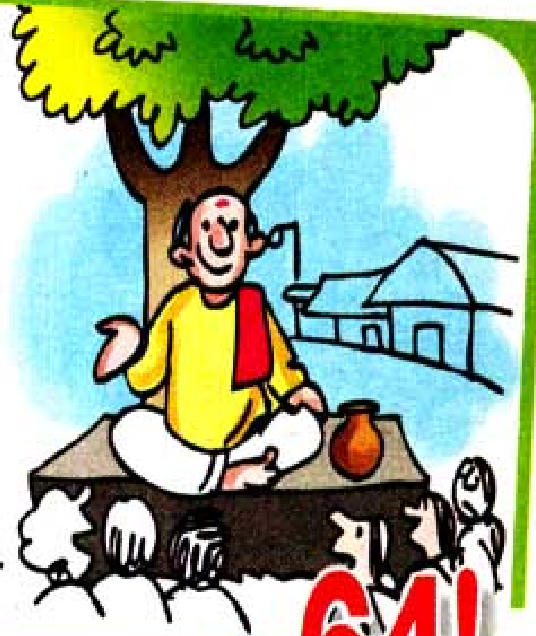
என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கழனி புளிச்சாறு

தேவை : புது அரிசி களைந்த நீர் - 3 தம்ளர், புளி - எலுமிச்சை அளவு, பெரிய வெங்காயம் - 1, சிறிய வெங்காயம் - 100 கிராம், சிவப்பு மிளகாய் - 2, நல்லெண்ணெய் - 50 மில்லி கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய்த் தாளித்து, பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயத்தை வதக்கவும். அரிசி களைந்த நீரில், ஊறிய புளியைக் கரைத்து ஊற்றி உப்பு போட்டுக் கொதிக்க வைத்து இறக்கவும்.

- எல்.சந்தானலக்ஷ்மி, கொட்டையூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 17

கழனி புளிச்சாறு

தேவை : புது அரிசி களைந்த நீர் - 3 தம்ளர், புளி - எலுமிச்சை அளவு, பெரிய வெங்காயம் - 1, சிறிய வெங்காயம் - 100 கிராம், சிவப்பு மிளகாய் - 2, நல்லெண்ணெய் - 50 மில்லி கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, மிளகாய்த் தாளித்து, பொடியாக நறுக்கிய வெங்காயத்தை வதக்கவும். அரிசி களைந்த நீரில், ஊறிய புளியைக் கரைத்து ஊற்றி உப்பு போட்டுக் கொதிக்க வைத்து இறக்கவும்.

- எல்.சந்தானலக்ஷ்மி, கொட்டையூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!



அவியல், சாம்பார் சுண்டக் கறி

தேவை : அவியல் - 2 கப், சாம்பார் - 4 கப், நல்லெண்ணெய் - 1 மேஜைக் கரண்டி

செய்முறை : சட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்தவுடன், சாம்பார், அவியல் இரண்டையும் சேர்க்கவும். 'தளதள' என்று கொதித்து இரண்டும் நன்றாக சேர்ந்தவுடன் இறக்கவும்.

- டி.எஸ்.சீதா சங்கர், தளவாய்புரம்

18 Supplement to Mangayar Malar July 2009



அவியல், சாம்பார் சுண்டக் கறி

தேவை : அவியல் - 2 கப், சாம்பார் - 4 கப், நல்லெண்ணெய் - 1 மேஜைக் கரண்டி

செய்முறை : சட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்தவுடன், சாம்பார், அவியல் இரண்டையும் சேர்க்கவும். 'தளதள' என்று கொதித்து இரண்டும் நன்றாக சேர்ந்தவுடன் இறக்கவும்.

- டி.எஸ்.சீதா சங்கர், தளவாய்புரம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

ஓமச் சாதம்

தேவை : சாதம் - 2 கிண்ணம், நுணுக்கிய ஓமம் - 1 டீஸ்பூன், வேப்பம்பூ - 3 டீஸ்பூன், உரித்த பூண்டு பற்கள் - 7, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் - தலா ¼ டீஸ்பூன், சுக்குத்தூள் - ½ டீஸ்பூன், நெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா ¼ டீஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல் - 1, கறிவேப்பிலை - சிறிது, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து, பூண்டை நசுக்கி, ஓமம் சேர்த்து, வதக்கி, பிறகு வேப்பம் பூவைச் சேர்க்கவும். கறிவேப்பிலை சேர்த்து சுக்கு, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் போட்டுக் கிளறி சாதத்துடன் கலக்கவும்.

- பிரேமா ராவ், ஸ்ரீரங்கம்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 19

ஓமச் சாதம்

தேவை : சாதம் - 2 கிண்ணம், நுணுக்கிய ஓமம் - 1 டீஸ்பூன், வேப்பம்பூ - 3 டீஸ்பூன், உரித்த பூண்டு பற்கள் - 7, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் - தலா ¼ டீஸ்பூன், சுக்குத்தூள் - ½ டீஸ்பூன், நெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா ¼ டீஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல் - 1, கறிவேப்பிலை - சிறிது, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து, பூண்டை நசுக்கி, ஓமம் சேர்த்து, வதக்கி, பிறகு வேப்பம் பூவைச் சேர்க்கவும். கறிவேப்பிலை சேர்த்து சுக்கு, மிளகுத்தூள், பெருங்காயத்தூள் போட்டுக் கிளறி சாதத்துடன் கலக்கவும்.

- பிரேமா ராவ், ஸ்ரீரங்கம்



சட்டி பானை சமையல் 64!



கம்புச்சோறு

தேவை : கம்பு - 2 கப், பச்சரிசி - ½ கப், தண்ணீர் - 4 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : கம்பு, பச்சரிசி இரண்டையும் ஊற வைத்து, கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். சட்டியில் உள்ள தண்ணீர் நன்கு கொதிக்க ஆரம்பித்தவுடன் அரைத்த விழுதைக் கொட்டி, கட்டியில்லாமல் கெட்டியாகும் வரைக் கிளறவும்.

- என்.உஷாதேவி, மதுரை

20 Supplement to Mangayar Malar July 2009



கம்புச்சோறு

தேவை : கம்பு - 2 கப், பச்சரிசி - ½ கப், தண்ணீர் - 4 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : கம்பு, பச்சரிசி இரண்டையும் ஊற வைத்து, கரகரப்பாக அரைத்துக் கொள்ளவும். சட்டியில் உள்ள தண்ணீர் நன்கு கொதிக்க ஆரம்பித்தவுடன் அரைத்த விழுதைக் கொட்டி, கட்டியில்லாமல் கெட்டியாகும் வரைக் கிளறவும்.

- என்.உஷாதேவி, மதுரை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பருப்பு மசியல் குழம்பு

தேவை : துவரம் பருப்பு - 100 கிராம், பச்சை மிளகாய் - 12, கத்திரிக்காய், தக்காளி தலா - 2, பூண்டு - 1 (முழுவதும்), புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, தேங்காய் - 2 துண்டுகள், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள், உப்பு - தேவைக்கு, மல்லி, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில், துவரம் பருப்பு, கத்தரிக்காய், தக்காளி, வெங்காயம், மிளகாய், உரித்த பூண்டு, மஞ்சள் தூள் போட்டு, தண்ணீரில் வேக விடவும். கரைத்த புளியை ஊற்றி, தேங்காய் + சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு, உப்பு போட்டு, மல்லி, கறிவேப்பிலை சேர்க்கவும்.

- கமலா ராஜசேகரன், பொள்ளாச்சி



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 21

பருப்பு மசியல் குழம்பு

தேவை : துவரம் பருப்பு - 100 கிராம், பச்சை மிளகாய் - 12, கத்திரிக்காய், தக்காளி தலா - 2, பூண்டு - 1 (முழுவதும்), புளி - சிறு எலுமிச்சை அளவு, தேங்காய் - 2 துண்டுகள், சீரகம் - 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள், உப்பு - தேவைக்கு, மல்லி, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில், துவரம் பருப்பு, கத்தரிக்காய், தக்காளி, வெங்காயம், மிளகாய், உரித்த பூண்டு, மஞ்சள் தூள் போட்டு, தண்ணீரில் வேக விடவும். கரைத்த புளியை ஊற்றி, தேங்காய் + சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கொதிக்க விட்டு, உப்பு போட்டு, மல்லி, கறிவேப்பிலை சேர்க்கவும்.

- கமலா ராஜசேகரன், பொள்ளாச்சி



சட்டி பானை சமையல் 64!



கத்திரிக்காய் தயிர் பச்சடி

தேவை : நீல கத்திரிக்காய் பெரியது - 1, தயிர் - 1 கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல் - 3, பெருங்காயத்தூள் - ¼ டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : எண்ணெய் தடவிய கத்திரிக் காயை அடுப்பில் சுட்டெடுத்து, தோலுரித்து மசிக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், மிளகாய்ச் சேர்த்து தாளித்து, மசித்த காயைப் பிரட்டி, உப்பு, தயிர் சேர்க்கவும்.

- ஆர்.லக்ஷ்மி, சேலம்

22 Supplement to Mangayar Malar July 2009



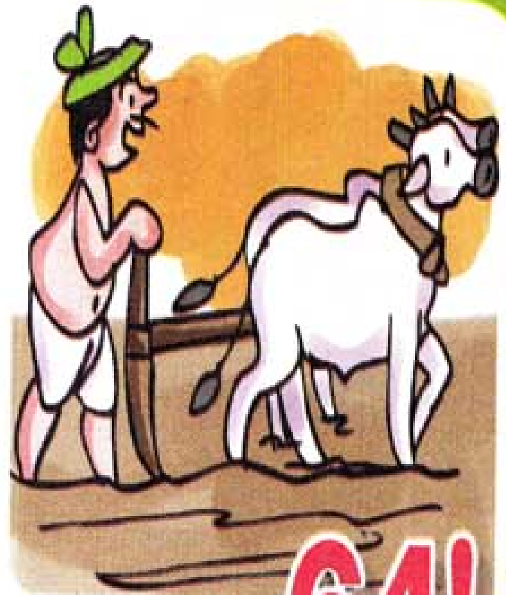
கத்திரிக்காய் தயிர் பச்சடி

தேவை : நீல கத்திரிக்காய் பெரியது - 1, தயிர் - 1 கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன், மிளகாய் வற்றல் - 3, பெருங்காயத்தூள் - ¼ டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : எண்ணெய் தடவிய கத்திரிக் காயை அடுப்பில் சுட்டெடுத்து, தோலுரித்து மசிக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், மிளகாய்ச் சேர்த்து தாளித்து, மசித்த காயைப் பிரட்டி, உப்பு, தயிர் சேர்க்கவும்.

- ஆர்.லக்ஷ்மி, சேலம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!



புல்லு சோறு

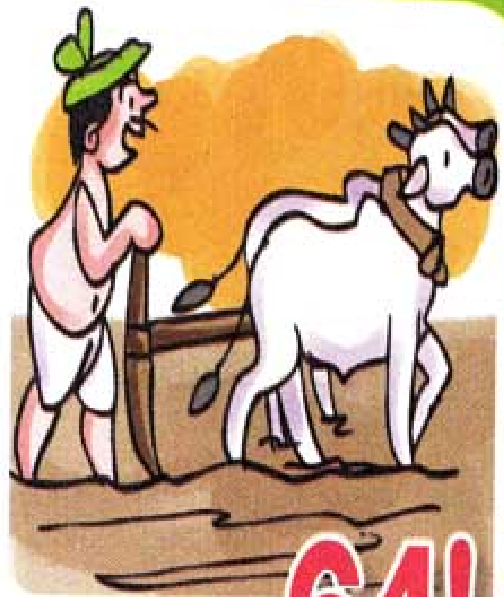
தேவை : கம்பம் புல்லு - கொத்தமல்லி கட்டு அளவு, தண்ணீர், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : புல்லை, உமி நீக்கி சுத்தம் செய்து, மாவாக்கவும். சட்டியில் தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து புல்லு மாவைச் சேர்த்துக் கிளறி, உப்பு போட்டு, களி பதத்தில் இறக்கவும். இதை அப் படியே சாப்பிடலாம் அல்லது மோர் சேர்த்தும் அருந்தலாம்.

- நெல்லை வள்ளி ராமகிருஷ்ணன், ஸ்ரீவராஹம்

சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 23



புல்லு சோறு

தேவை : கம்பம் புல்லு - கொத்தமல்லி கட்டு அளவு, தண்ணீர், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : புல்லை, உமி நீக்கி சுத்தம் செய்து, மாவாக்கவும். சட்டியில் தண்ணீரைக் கொதிக்க வைத்து புல்லு மாவைச் சேர்த்துக் கிளறி, உப்பு போட்டு, களி பதத்தில் இறக்கவும். இதை அப் படியே சாப்பிடலாம் அல்லது மோர் சேர்த்தும் அருந்தலாம்.

- நெல்லை வள்ளி ராமகிருஷ்ணன், ஸ்ரீவராஹம்

சட்டி பானை சமையல் 64!



கருப்பட்டி பணியாரம்

தேவை : பச்சரிசி, கருப்பட்டி - தலா 1 கப், நெய் - 2 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : ஊறிய பச்சரிசியை மாவாக்கவும். சுத்தம் செய்த கருப்பட்டியைப் பாகுப் பதத்தில் வைத்து, மாவைச் சேர்த்து, உப்பையும் கலக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயுடன் நெய் சேர்த்து, சிறு குழிவு கரண்டியால் மாவுகரைசலை ஊற்றி எடுக்கவும்.

- எம்.பானுமதி, வரகனேரி

24 Supplement to Mangayar Malar July 2009



கருப்பட்டி பணியாரம்

தேவை : பச்சரிசி, கருப்பட்டி - தலா 1 கப், நெய் - 2 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : ஊறிய பச்சரிசியை மாவாக்கவும். சுத்தம் செய்த கருப்பட்டியைப் பாகுப் பதத்தில் வைத்து, மாவைச் சேர்த்து, உப்பையும் கலக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயுடன் நெய் சேர்த்து, சிறு குழிவு கரண்டியால் மாவுகரைசலை ஊற்றி எடுக்கவும்.

- எம்.பானுமதி, வரகனேரி

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

சோள உப்புமா

தேவை : மஞ்சள் சோளம் - 1 கப் (வறுத்து ரவையாக உடைக்கவும்), சின்ன வெங்காயம் - 1 கப் (நறுக்கியது), பச்சை மிளகாய் - 3, துருவிய இஞ்சி - 2 டீஸ்பூன், தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, தாளித்து, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய்ச் சேர்த்து வதக்கி, வறுத்த சோள ரவையைக் கொட்டவும். இரண்டரைத் தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு, உப்பு போட்டு, இஞ்சி, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து உப்புமாவாகக் கிளறவும்.

- என்.ராஜேஸ்வரி, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 25

சோள உப்புமா

தேவை : மஞ்சள் சோளம் - 1 கப் (வறுத்து ரவையாக உடைக்கவும்), சின்ன வெங்காயம் - 1 கப் (நறுக்கியது), பச்சை மிளகாய் - 3, துருவிய இஞ்சி - 2 டீஸ்பூன், தேங்காய்த் துருவல் - ½ கப், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கறிவேப்பிலை, தாளித்து, வெங்காயம், பச்சை மிளகாய்ச் சேர்த்து வதக்கி, வறுத்த சோள ரவையைக் கொட்டவும். இரண்டரைத் தம்ளர் தண்ணீர் விட்டு, உப்பு போட்டு, இஞ்சி, தேங்காய்த் துருவல் சேர்த்து உப்புமாவாகக் கிளறவும்.

- என்.ராஜேஸ்வரி, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!



கேழ்வரகு புட்டு

தேவை : கேழ்வரகு மாவு - 4 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், தண்ணீர் - 1 கப், சர்க்கரை - ½ கப், நெய் - 4 டீ ஸ்பூன், முந்திரி - 15, ஏலம் - 5, உப்பு- சிட்டிகை

செய்முறை : மாவைச் சலித்து, தண்ணீரும் உப்பும் சேர்த்துப் பிசைந்து இட்லி போல் ஆவியில் வேகவிடவும். சட்டியில் சூடான நெய்யில், முந்திரி, தேங்காய்த் துருவலை வறுத்து ஏலம் சேர்க்கவும். வெந்த மாவில் கலந்து பரிமாறவும்.

- எம்.அம்புஜம் முராரி, சேலம்

26 Supplement to Mangayar Malar July 2009



கேழ்வரகு புட்டு

தேவை : கேழ்வரகு மாவு - 4 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், தண்ணீர் - 1 கப், சர்க்கரை - ½ கப், நெய் - 4 டீ ஸ்பூன், முந்திரி - 15, ஏலம் - 5, உப்பு- சிட்டிகை

செய்முறை : மாவைச் சலித்து, தண்ணீரும் உப்பும் சேர்த்துப் பிசைந்து இட்லி போல் ஆவியில் வேகவிடவும். சட்டியில் சூடான நெய்யில், முந்திரி, தேங்காய்த் துருவலை வறுத்து ஏலம் சேர்க்கவும். வெந்த மாவில் கலந்து பரிமாறவும்.

- எம்.அம்புஜம் முராரி, சேலம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

வண்டிக்காரன் குழம்பு

தேவை : கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு - தலா 1 தேக்கரண்டி, சீரகம் - ½ தேக்கரண்டி, தயிர் - 200 மில்லி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, பச்சை மிளகாய் - 4, இஞ்சி - 1 துண்டு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயத்தூள், உப்பு - தேவைக்கு, தேங்காய் எண்ணெய் - தாளிக்க

செய்முறை : பருப்பை சிறிது நேரம் ஊற வைத்து, இஞ்சி, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் சீரகம், கறிவேப்பிலை தாளித்து, கரைத்த புளி, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயம், உப்பு சேர்த்து அரைத்த விழுதைக் கலந்து கொதிக்க விடவும். தயிரைச் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எஸ்.மீனா, ஸ்ரீரங்கம்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 27

வண்டிக்காரன் குழம்பு

தேவை : கடலைப் பருப்பு, துவரம் பருப்பு - தலா 1 தேக்கரண்டி, சீரகம் - ½ தேக்கரண்டி, தயிர் - 200 மில்லி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, பச்சை மிளகாய் - 4, இஞ்சி - 1 துண்டு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயத்தூள், உப்பு - தேவைக்கு, தேங்காய் எண்ணெய் - தாளிக்க

செய்முறை : பருப்பை சிறிது நேரம் ஊற வைத்து, இஞ்சி, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் சீரகம், கறிவேப்பிலை தாளித்து, கரைத்த புளி, மஞ்சள் தூள், பெருங்காயம், உப்பு சேர்த்து அரைத்த விழுதைக் கலந்து கொதிக்க விடவும். தயிரைச் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எஸ்.மீனா, ஸ்ரீரங்கம்



சட்டி பானை சமையல் 64!



வெந்தயக் குழம்பு

தேவை : நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 3 குழிகரண்டி, சாம்பார் பொடி - 2 டீஸ்பூன், வெந்தயம் - 4 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, உப்பு, வெல்லம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி, கடுகு, வெந்தயம், பருப்புகளைத் தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கவும். புளியைக் கரைத்து ஊற்றி, உப்பு போட்டு, சாம்பார்ப் பொடி சேர்த்து நன்கு கெட்டியாகும் வரை கொதிக்க விட்டு, வெல்லம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எஸ்.சத்தியவதி, சாரம்

28 Supplement to Mangayar Malar July 2009



வெந்தயக் குழம்பு

தேவை : நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 3 குழிகரண்டி, சாம்பார் பொடி - 2 டீஸ்பூன், வெந்தயம் - 4 டீஸ்பூன், புளி - சிறிய எலுமிச்சை அளவு, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, உப்பு, வெல்லம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி, கடுகு, வெந்தயம், பருப்புகளைத் தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கவும். புளியைக் கரைத்து ஊற்றி, உப்பு போட்டு, சாம்பார்ப் பொடி சேர்த்து நன்கு கெட்டியாகும் வரை கொதிக்க விட்டு, வெல்லம் சேர்த்து இறக்கவும்.

- எஸ்.சத்தியவதி, சாரம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

அக்கானி கொழுக்கட்டை

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - ½ கிலோ, தட்டைப் பயிறு - 150 கிராம், பதநீர் - 2 லிட்டர், தேங்காய்த் துருவல் - 1கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : அரிசியை நான்கு மணி நேரம் ஊற வைத்து அரைக்கவும். வேக வைத்த தட்டைப் பயிறு, தேங்காய்த் துருவல், உப்பு ஆகியவற்றுடன் சேர்க்கவும். சட்டியில் பதநீரை ஊற்றி கொதிக்க வைத்து, உருண்டைகளாகப் பிடித்த மாவை அதில் பத்து நிமிடங்கள் கொதிக்க விட்டு எடுக்கவும்.

- எஸ்.உஷா, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 29

அக்கானி கொழுக்கட்டை

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - ½ கிலோ, தட்டைப் பயிறு - 150 கிராம், பதநீர் - 2 லிட்டர், தேங்காய்த் துருவல் - 1கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : அரிசியை நான்கு மணி நேரம் ஊற வைத்து அரைக்கவும். வேக வைத்த தட்டைப் பயிறு, தேங்காய்த் துருவல், உப்பு ஆகியவற்றுடன் சேர்க்கவும். சட்டியில் பதநீரை ஊற்றி கொதிக்க வைத்து, உருண்டைகளாகப் பிடித்த மாவை அதில் பத்து நிமிடங்கள் கொதிக்க விட்டு எடுக்கவும்.

- எஸ்.உஷா, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!



நீர் கொழுக்கட்டை

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - 8 கப், உளுந்து - 1 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஊறிய அரிசியைக் கர கரப்பாகவும், உளுந்தைப் பூப்போலவும் அரைத்து, தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும். சட்டியில் அரைப் பாகம் கொதிக்கும் தண்ணீரில் உருண்டைகளாகப் பிடித்த மாவைப் போட்டு, மேலாக மிதந்து வந்தவுடன் எடுத்து வைக்கவும்.

- எஸ்.மங்கையர்க்கரசி, நெய்வேலி

30 Supplement to Mangayar Malar July 2009



நீர் கொழுக்கட்டை

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - 8 கப், உளுந்து - 1 கப், தேங்காய்த் துருவல் - 1 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஊறிய அரிசியைக் கர கரப்பாகவும், உளுந்தைப் பூப்போலவும் அரைத்து, தேங்காய்த் துருவல், உப்பு சேர்க்கவும். சட்டியில் அரைப் பாகம் கொதிக்கும் தண்ணீரில் உருண்டைகளாகப் பிடித்த மாவைப் போட்டு, மேலாக மிதந்து வந்தவுடன் எடுத்து வைக்கவும்.

- எஸ்.மங்கையர்க்கரசி, நெய்வேலி

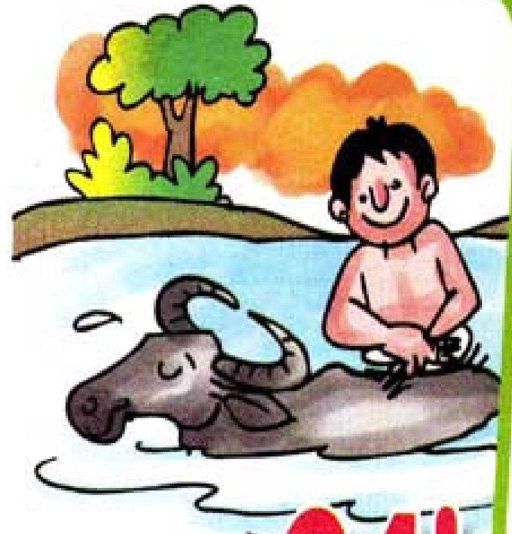
என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கலந்த வற்றல் தொக்கு

தேவை : கொத்தவரை, அவரை, பாகல், கத்திரி, மணத்தக்காளி, சுண்டை வத்தல் - தலா ஐந்து, புளி - எலுமிச்சை அளவு, தனியா, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா 2 டேபிள் ஸ்பூன், சிவப்பு மிளகாய் - 20, மஞ்சள் தூள் - ¼ டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 100 கிராம், கடுகு - 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம் - ½ டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : பருப்பு, தனியா, மிளகாயைச் சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் வறுத்துப் பொடிக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து பெருங்காயம், வற்றல்களைப் போட்டு வறுத்து, கரைத்த புளியை ஊற்றவும். உப்பு, மஞ்சள் சேர்த்து, கொதிக்கும்பொழுது பொடியை யும் போட்டு, நன்கு குழைந்ததும் இறக்கவும்.

- இரா.வேதவல்லி, மே மாம்பலம்



சட்டி பானை சமையல் 64!

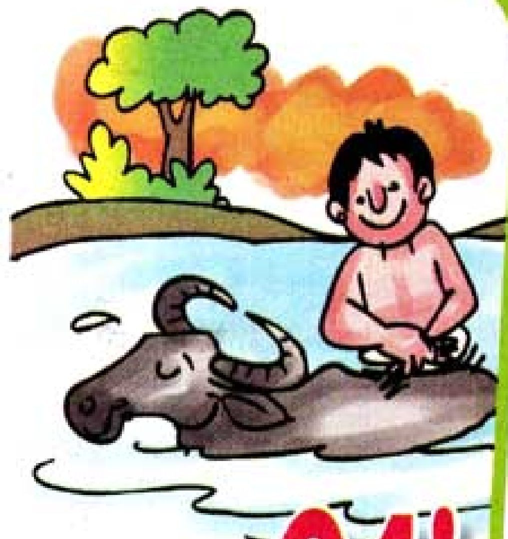
Supplement to Mangayar Malar July 2009 31

கலந்த வற்றல் தொக்கு

தேவை : கொத்தவரை, அவரை, பாகல், கத்திரி, மணத்தக்காளி, சுண்டை வத்தல் - தலா ஐந்து, புளி - எலுமிச்சை அளவு, தனியா, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா 2 டேபிள் ஸ்பூன், சிவப்பு மிளகாய் - 20, மஞ்சள் தூள் - ¼ டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 100 கிராம், கடுகு - 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம் - ½ டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : பருப்பு, தனியா, மிளகாயைச் சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் வறுத்துப் பொடிக்கவும். மீதமுள்ள எண்ணெயில் கடுகு தாளித்து பெருங்காயம், வற்றல்களைப் போட்டு வறுத்து, கரைத்த புளியை ஊற்றவும். உப்பு, மஞ்சள் சேர்த்து, கொதிக்கும்பொழுது பொடியை யும் போட்டு, நன்கு குழைந்ததும் இறக்கவும்.

- இரா.வேதவல்லி, மே மாம்பலம்



சட்டி பானை சமையல் 64!



வெந்தய அடை

தேவை : புழுங்கல் அரிசி, பச்சரிசி, துவரம் பருப்பு - தலா 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு - ¼ கப், வெந்தயம் - 1 கைப்பிடி, உப்பு, இட்லி, மிளகாய்ப் பொடி - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : அரிசி + துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு + வெந்தயம் இவற்றை ஊற வைத்து தனித் தனியாக அரைக்கவும். உப்பு போட்டு சேர்த்துக் கலக்கவும். மறுநாள், சட்டியில் அடைபோல தட்டி, இரு பக்கமும் வேகவிட்டு, ஒரு புறம் இட்லிப் பொடியைத் தூவி எடுக்கவும்.

- லக்ஷ்மி சந்தானம், ஸ்ரீரங்கம்

32 Supplement to Mangayar Malar July 2009



வெந்தய அடை

தேவை : புழுங்கல் அரிசி, பச்சரிசி, துவரம் பருப்பு - தலா 1 கப், உளுத்தம் பருப்பு - ¼ கப், வெந்தயம் - 1 கைப்பிடி, உப்பு, இட்லி, மிளகாய்ப் பொடி - தேவைக்கு, எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : அரிசி + துவரம் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு + வெந்தயம் இவற்றை ஊற வைத்து தனித் தனியாக அரைக்கவும். உப்பு போட்டு சேர்த்துக் கலக்கவும். மறுநாள், சட்டியில் அடைபோல தட்டி, இரு பக்கமும் வேகவிட்டு, ஒரு புறம் இட்லிப் பொடியைத் தூவி எடுக்கவும்.

- லக்ஷ்மி சந்தானம், ஸ்ரீரங்கம்

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பொரி அரிசி உருண்டை

தேவை : பச்சரிசி - ¼ பிடி, வெல்லத் தூள் - 1 கப், எள் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், ஏலத்தூள் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : வெறும் சட்டியில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அரிசியையும், எள்ளையும் 'படபட' என்று பொரிய விட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். அதே சட்டியில் வெல்லத்தைக் கெட்டிப்பாகு வைத்து, வறுத்த அரிசி, எள் சேர்த்து உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- எம்.சுகந்தி, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 33

பொரி அரிசி உருண்டை

தேவை : பச்சரிசி - ¼ பிடி, வெல்லத் தூள் - 1 கப், எள் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், ஏலத்தூள் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : வெறும் சட்டியில் கொஞ்சம் கொஞ்சமாக அரிசியையும், எள்ளையும் 'படபட' என்று பொரிய விட்டு எடுத்துக் கொள்ளவும். அதே சட்டியில் வெல்லத்தைக் கெட்டிப்பாகு வைத்து, வறுத்த அரிசி, எள் சேர்த்து உருண்டைகளாகப் பிடிக்கவும்.

- எம்.சுகந்தி, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!



கேப்பைக் கஞ்சி

தேவை : கேழ்வரகு மாவு, தயிர், அரிசி நொய் - தலா 1 ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி நொய்யைக் கொதிக்கவிடவும். வெந்த நொய்யில் சலித்த கேழ்வரகு மாவைச் சேர்த்துக் கலக்கவும். கஞ்சியை ஆறவிட்டு உப்பும், தயிரும் சேர்த்து மூடி வைக்கவும். சின்ன வெங்காயம் கடித்துக் கொண்டு கஞ்சியாகக் குடிக்கலாம்.

- ஹேமமாலினி ரவிச்சந்திரன், மணப்பாறை

34 Supplement to Mangayar Malar July 2009



கேப்பைக் கஞ்சி

தேவை : கேழ்வரகு மாவு, தயிர், அரிசி நொய் - தலா 1 ஆழாக்கு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி நொய்யைக் கொதிக்கவிடவும். வெந்த நொய்யில் சலித்த கேழ்வரகு மாவைச் சேர்த்துக் கலக்கவும். கஞ்சியை ஆறவிட்டு உப்பும், தயிரும் சேர்த்து மூடி வைக்கவும். சின்ன வெங்காயம் கடித்துக் கொண்டு கஞ்சியாகக் குடிக்கலாம்.

- ஹேமமாலினி ரவிச்சந்திரன், மணப்பாறை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

முந்திரிக் கொத்து

தேவை : பாசிப் பயறு, வெல்லம் - தலா ½ கிலோ, உடைத்த கடலை - 100 கிராம், அரிசி மாவு - 1 கப், ஏலத்தூள், சுக்குத் தூள் - தலா 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள் - ¼ டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : வெறும் சட்டியில் வறுத்த பயறுடன், கடலையைப் போட்டு நன்கு பொடித்துச் சலிக்கவும். சட்டியில் வெல்லத்தைக் கம்பி பாகுப் பதத்தில் காய்ச்சி, ஏலம், சுக்கு சேர்த்து பயத்தம் மாவைக் கொட்டிச் சிறு உருண்டைகளாக்கவும்.

உப்பு, மஞ்சள் தூள் கலந்து, பஜ்ஜி மாவு பதத்தில் இருக்கும் அரிசி மாவில் உருண்டைகளைத் தோய்த்துப் பொரித்தெடுக்கவும்.

- சியாமளா ராஜசேகர், சென்னை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 35

முந்திரிக் கொத்து

தேவை : பாசிப் பயறு, வெல்லம் - தலா ½ கிலோ, உடைத்த கடலை - 100 கிராம், அரிசி மாவு - 1 கப், ஏலத்தூள், சுக்குத் தூள் - தலா 1 டீஸ்பூன், மஞ்சள் தூள் - ¼ டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : வெறும் சட்டியில் வறுத்த பயறுடன், கடலையைப் போட்டு நன்கு பொடித்துச் சலிக்கவும். சட்டியில் வெல்லத்தைக் கம்பி பாகுப் பதத்தில் காய்ச்சி, ஏலம், சுக்கு சேர்த்து பயத்தம் மாவைக் கொட்டிச் சிறு உருண்டைகளாக்கவும்.

உப்பு, மஞ்சள் தூள் கலந்து, பஜ்ஜி மாவு பதத்தில் இருக்கும் அரிசி மாவில் உருண்டைகளைத் தோய்த்துப் பொரித்தெடுக்கவும்.

- சியாமளா ராஜசேகர், சென்னை



சட்டி பானை சமையல் 64!



சோள ஆப்பம்

தேவை : வெள்ளை சோள மாவு, பச்சரிசி மாவு, அரிசி சோறு - தலா 1 கப், சோடா உப்பு - 1 சிட்டிகை, தேங்காய் - ½ மூடி, உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : சாதம் + தேங்காயை நன்கு அரைக்கவும். மாவுகளைச் சோற்றுடன் சேர்த்து உப்பு கலக்கவும். எட்டு மணி நேரம் புளித்த மாவில் சோடா உப்பு சேர்க்கவும்.

சட்டியில் எண்ணெயைத் தடவி மாவை ஊற்றி ஆப்பம் போல் சுடவும்.

- எல்.உஷாகுமாரி, சென்னை

36 Supplement to Mangayar Malar July 2009



சோள ஆப்பம்

தேவை : வெள்ளை சோள மாவு, பச்சரிசி மாவு, அரிசி சோறு - தலா 1 கப், சோடா உப்பு - 1 சிட்டிகை, தேங்காய் - ½ மூடி, உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : சாதம் + தேங்காயை நன்கு அரைக்கவும். மாவுகளைச் சோற்றுடன் சேர்த்து உப்பு கலக்கவும். எட்டு மணி நேரம் புளித்த மாவில் சோடா உப்பு சேர்க்கவும்.

சட்டியில் எண்ணெயைத் தடவி மாவை ஊற்றி ஆப்பம் போல் சுடவும்.

- எல்.உஷாகுமாரி, சென்னை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

மருந்து குழம்பு

தேவை : வல்லாரை இலை - 50 கிராம், சங்கு இலை, அவுரி இலை, பெரு மருந்து இலை, தழுதா இலை, மிளகு - தலா 10 கிராம், வாயு இலை - சிறிது, பூண்டு - 20, மல்லித்தூள், மிளகாய்த்தூள், சீரகம், உப்பு, புளி, கடுகு - தேவைக்கு, முருங்கைக்காய் - 2, எண்ணெய் - தாளிக்க

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகைத் தாளித்து, முருங்கைக் காயைப் பிரட்டவும். எல்லா பொருட்களையும் வதக்கி விழுதாக அரைத்து, கரைத்து, தாளிப்பில் கொட்டி, கொதிவிட்டு இறக்கவும்.

- ஜெ.சித்ராணி, தஞ்சாவூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 37

மருந்து குழம்பு

தேவை : வல்லாரை இலை - 50 கிராம், சங்கு இலை, அவுரி இலை, பெரு மருந்து இலை, தழுதா இலை, மிளகு - தலா 10 கிராம், வாயு இலை - சிறிது, பூண்டு - 20, மல்லித்தூள், மிளகாய்த்தூள், சீரகம், உப்பு, புளி, கடுகு - தேவைக்கு, முருங்கைக்காய் - 2, எண்ணெய் - தாளிக்க

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகைத் தாளித்து, முருங்கைக் காயைப் பிரட்டவும். எல்லா பொருட்களையும் வதக்கி விழுதாக அரைத்து, கரைத்து, தாளிப்பில் கொட்டி, கொதிவிட்டு இறக்கவும்.

- ஜெ.சித்ராணி, தஞ்சாவூர்



சட்டி பானை சமையல் 64!



பூண்டு மிளகுக் குழம்பு

தேவை : பூண்டு பற்கள் - 10, மிளகு - 1 கரண்டி, துவரம் பருப்பு, தனியா - தலா ½ கரண்டி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, சீரகம் - ¼ டீஸ்பூன், நல்லெண்ணெய் - ½ டீஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : மிளகு, துவரம் பருப்பு, தனியா, சீரகம் சேர்த்து வறுத்து, கறிவேப்பிலையுடன் விழுதாக அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் நசுக்கிய பூண்டைப் போட்டு, விழுதையும் சேர்த்து வதக்கவும். புளி கரைத்து ஊற்றி, உப்பு சேர்த்துக் கொதிக்கவிட்டு இறக்கவும்.

- எஸ்.ராஜிரவிசங்கர், கும்பகோணம்

38 Supplement to Mangayar Malar July 2009



பூண்டு மிளகுக் குழம்பு

தேவை : பூண்டு பற்கள் - 10, மிளகு - 1 கரண்டி, துவரம் பருப்பு, தனியா - தலா ½ கரண்டி, புளி - எலுமிச்சை அளவு, சீரகம் - ¼ டீஸ்பூன், நல்லெண்ணெய் - ½ டீஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : மிளகு, துவரம் பருப்பு, தனியா, சீரகம் சேர்த்து வறுத்து, கறிவேப்பிலையுடன் விழுதாக அரைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் நசுக்கிய பூண்டைப் போட்டு, விழுதையும் சேர்த்து வதக்கவும். புளி கரைத்து ஊற்றி, உப்பு சேர்த்துக் கொதிக்கவிட்டு இறக்கவும்.

- எஸ்.ராஜிரவிசங்கர், கும்பகோணம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பனங்கிழங்கு பணியாரம்

தேவை : பனங்கிழங்கு - 4, சோளமாவு, மைதா மாவு, துருவிய சீஸ் - தலா ½ கப், இஞ்சி, பூண்டு விழுது, மிளகுப்பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில் வெந்த பனங்கிழங்கைத் தோல் சீவி, நரம்பு எடுத்து, சீவிக் கொள்ளவும். அதில் மைதா, சோள மாவு, சீஸ், மிளகுப் பொடி, இஞ்சி பூண்டு விழுது, உப்பு, சிறிது எண்ணெய் சேர்த்து வட்டமாகத் தட்டி, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புதுடில்லி



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 39

பனங்கிழங்கு பணியாரம்

தேவை : பனங்கிழங்கு - 4, சோளமாவு, மைதா மாவு, துருவிய சீஸ் - தலா ½ கப், இஞ்சி, பூண்டு விழுது, மிளகுப்பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், எண்ணெய், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கொதிக்கும் நீரில் வெந்த பனங்கிழங்கைத் தோல் சீவி, நரம்பு எடுத்து, சீவிக் கொள்ளவும். அதில் மைதா, சோள மாவு, சீஸ், மிளகுப் பொடி, இஞ்சி பூண்டு விழுது, உப்பு, சிறிது எண்ணெய் சேர்த்து வட்டமாகத் தட்டி, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புதுடில்லி



சட்டி பானை சமையல் 64!



அகத்திக் கீரை மண்டி

தேவை : அகத்திக்கீரை - 1 கட்டு, சின்ன வெங்காயம் - 10, வரமிளகாய், பச்சை மிளகாய் - தலா 1, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, சீரகம், தேங்காய்த் துருவல் - தலா 1 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு, அரிசி களைந்த நீர் - 1 தம்ளர்

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, சிவப்பு மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும். ஆய்ந்து சுத்தம் செய்த கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். உப்பு போட்டு கழுநீரை ஊற்றி கொதிக்க விடவும். தேங்காய்த் துருவல் பச்சை மிளகாய், சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கெட்டியாகும் வரை அடுப்பில் வைக்கவும்.

- கீதா கிருஷ்ணன், சென்னை

40 Supplement to Mangayar Malar July 2009



அகத்திக் கீரை மண்டி

தேவை : அகத்திக்கீரை - 1 கட்டு, சின்ன வெங்காயம் - 10, வரமிளகாய், பச்சை மிளகாய் - தலா 1, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, சீரகம், தேங்காய்த் துருவல் - தலா 1 டீஸ்பூன், உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு, அரிசி களைந்த நீர் - 1 தம்ளர்

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, சிவப்பு மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயத்தைப் போட்டு வதக்கவும். ஆய்ந்து சுத்தம் செய்த கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். உப்பு போட்டு கழுநீரை ஊற்றி கொதிக்க விடவும். தேங்காய்த் துருவல் பச்சை மிளகாய், சீரகம் அரைத்த விழுதைச் சேர்த்துக் கெட்டியாகும் வரை அடுப்பில் வைக்கவும்.

- கீதா கிருஷ்ணன், சென்னை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கீரை பழங்கறி



தேவை : அரைக் கீரை - 1 கட்டு, பூண்டு பற்கள் - 2, புளிக்குழம்பு - 2 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சுத்தம் செய்த அரைக்கீரையைப் பூண்டு சேர்த்து, நன்கு வேகவிடவும். வெந்த கீரையை மைய உப்புடன் சேர்த்தரைத்து, புளிக்குழம்புடன் கலக்கவும். காய்ந்த சட்டியில் குழம்புக் கலவையைக் கொட்டிக் கிளறவும்.

- ஆர்.பைரவி ரமேஷ்,
சென்னை

சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 41

கீரை பழங்கறி

தேவை : அரைக் கீரை - 1 கட்டு, பூண்டு பற்கள் - 2, புளிக்குழம்பு - 2 கப், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சுத்தம் செய்த அரைக்கீரையைப் பூண்டு சேர்த்து, நன்கு வேகவிடவும். வெந்த கீரையை மைய உப்புடன் சேர்த்தரைத்து, புளிக்குழம்புடன் கலக்கவும். காய்ந்த சட்டியில் குழம்புக் கலவையைக் கொட்டிக் கிளறவும்.

- ஆர்.பைரவி ரமேஷ்,
சென்னை

சட்டி பானை சமையல் 64!





சோள தோசை

தேவை : சோளம் - 2 கப், பச்சரிசி - ½ கப், பொடியாக நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - ½ கப், பச்சை மிளகாய் - 3, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : நீர் தெளித்து, குத்தி உமி நீக்கிய சோளத்தை அரிசியுடன் ஒன்றரை மணி நேரம் ஊற வைத்து உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். நறுக்கிய மல்லி, கறிவேப்பிலை, வெங்காயம் சேர்க்கவும். வாயகன்ற சட்டிக் காய்ந்ததும் எண்ணெயைத் தடவி தோசைபோல வார்த்து எண்ணெய் ஊற்றி இருபுறமும் வேகவிட்டு எடுக்கவும்.

- எம்.ரேகா முருகானந்தம், வரகனேரி

42 Supplement to Mangayar Malar July 2009



சோள தோசை

தேவை : சோளம் - 2 கப், பச்சரிசி - ½ கப், பொடியாக நறுக்கிய சின்ன வெங்காயம் - ½ கப், பச்சை மிளகாய் - 3, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : நீர் தெளித்து, குத்தி உமி நீக்கிய சோளத்தை அரிசியுடன் ஒன்றரை மணி நேரம் ஊற வைத்து உப்பு, மிளகாய்ச் சேர்த்து அரைக்கவும். நறுக்கிய மல்லி, கறிவேப்பிலை, வெங்காயம் சேர்க்கவும். வாயகன்ற சட்டிக் காய்ந்ததும் எண்ணெயைத் தடவி தோசைபோல வார்த்து எண்ணெய் ஊற்றி இருபுறமும் வேகவிட்டு எடுக்கவும்.

- எம்.ரேகா முருகானந்தம், வரகனேரி

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

புளிக் கூட்டு

தேவை : கொத்தவரங்காய் - ¼ கிலோ, புளி - கோலியளவு, துவரம் பருப்பு - 50 கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, காய்ந்த மிளகாய் 4 - தாளிக்க, தேங் காய்த் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், கறி வேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : காம்பு நீக்கிய கொத்தவரங் காயை எண்ணெய் காய்ந்த சட்டியில் வதக்கி, உப்பு, புளித்தண்ணீர் சேர்த்து வேகவிடவும். சட்டியில் தாளிக்க வேண்டிய பொருட்களை தாளித்த பின், வெந்த துவரம் பருப்பைக் கொட்டி, காயையும் சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும்.

- ஆதிரை வேணுகோபால், சென்னை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 43

புளிக் கூட்டு

தேவை : கொத்தவரங்காய் - ¼ கிலோ, புளி - கோலியளவு, துவரம் பருப்பு - 50 கிராம், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு, காய்ந்த மிளகாய் 4 - தாளிக்க, தேங் காய்த் துருவல் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், கறி வேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : காம்பு நீக்கிய கொத்தவரங் காயை எண்ணெய் காய்ந்த சட்டியில் வதக்கி, உப்பு, புளித்தண்ணீர் சேர்த்து வேகவிடவும். சட்டியில் தாளிக்க வேண்டிய பொருட்களை தாளித்த பின், வெந்த துவரம் பருப்பைக் கொட்டி, காயையும் சேர்த்துக் கொதிக்க விடவும்.

- ஆதிரை வேணுகோபால், சென்னை



சட்டி பானை சமையல் 64!



சுக்கு காபி

தேவை : மிளகு - ¼ டீஸ்பூன், தனியா - ½ டீஸ்பூன், சுக்கு - 1 துண்டு, பால் - 1 தம்ளர், பனங்கற்கண்டு - 1 தேக்கரண்டி

செய்முறை : மண் சட்டியில் சுக்கு, மிளகு, தனியாவை வறுத்துப் பொடிக்கவும். சட்டியில் பாலைவிட்டுக் கொதி வந்ததும் பனங்கற் கண்டு, சுக்குப் பொடியைச் சேர்த்து மீண்டும் ஒரு கொதி விட்டு இறக்கவும். சுவையான சுக்கு காபி தயார்.

- கி.நிர்மலா பிரேம் ஆனந்த், மயிலாடுதுறை

44 Supplement to Mangayar Malar July 2009



சுக்கு காபி

தேவை : மிளகு - ¼ டீஸ்பூன், தனியா - ½ டீஸ்பூன், சுக்கு - 1 துண்டு, பால் - 1 தம்ளர், பனங்கற்கண்டு - 1 தேக்கரண்டி

செய்முறை : மண் சட்டியில் சுக்கு, மிளகு, தனியாவை வறுத்துப் பொடிக்கவும். சட்டியில் பாலைவிட்டுக் கொதி வந்ததும் பனங்கற் கண்டு, சுக்குப் பொடியைச் சேர்த்து மீண்டும் ஒரு கொதி விட்டு இறக்கவும். சுவையான சுக்கு காபி தயார்.

- கி.நிர்மலா பிரேம் ஆனந்த், மயிலாடுதுறை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

தூதுவளைக் கொழுக்கட்டை

தேவை : தூதுவளைக் கீரை - 1 கிண்ணம், பச்சரிசி - ¼ கிலோ, மிளகு, சீரகம் - தலா 1 டீஸ்பூன், வெங்காயம் - 1, தேங்காய்த் துருவல் - 3 டீஸ்பூன்

செய்முறை : ஊற வைத்த அரிசியை, மிளகு, சீரகம் சேர்த்து அரைக்கவும். இதனுடன் நறுக்கிய தூதுவளை, வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல், கொஞ்சம் தண்ணீர் உப்பு சேர்த்துக் கொழுக்கட்டைகளாக உருட்டி ஆவியில் வேகவிடவும்.

-ஆர்.பத்மப்ரியா, திருச்சி



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 45

தூதுவளைக் கொழுக்கட்டை

தேவை : தூதுவளைக் கீரை - 1 கிண்ணம், பச்சரிசி - ¼ கிலோ, மிளகு, சீரகம் - தலா 1 டீஸ்பூன், வெங்காயம் - 1, தேங்காய்த் துருவல் - 3 டீஸ்பூன்

செய்முறை : ஊற வைத்த அரிசியை, மிளகு, சீரகம் சேர்த்து அரைக்கவும். இதனுடன் நறுக்கிய தூதுவளை, வெங்காயம், தேங்காய்த் துருவல், கொஞ்சம் தண்ணீர் உப்பு சேர்த்துக் கொழுக்கட்டைகளாக உருட்டி ஆவியில் வேகவிடவும்.

-ஆர்.பத்மப்ரியா, திருச்சி



சட்டி பானை சமையல் 64!



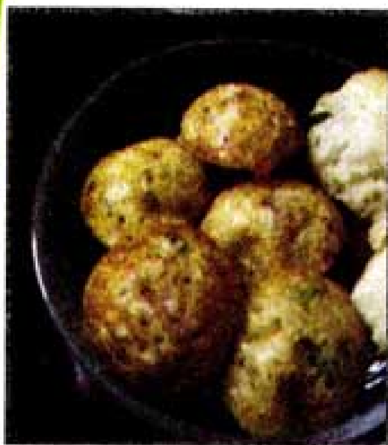
சலங்கைப் பணியாரம்

தேவை : பாசிப்பருப்பு - 1½ தம்ளர், வெல்லம் - ¾ தம்ளர், ஏலக்காய் - சிறிதளவு, பச்சரிசி - 1 தம்ளர், உப்பு - ஒரு சிட்டிகை, எண்ணெய் - பொரிக்க

செய்முறை : சட்டியில் பாசிப் பருப்பை வறுத்து மாவாக்கி, வெல்லப்பாகு காய்ச்சி, ஏலம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். ஊற வைத்த பச்சரியை நைசாக அரைத்து, உப்பு சேர்த்து கரைக்கவும். உருண்டைகளைக் கரைசலில் தோய்த்து, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- எஸ்.கமலவேணி சண்முகசுந்தரம், கோவை

46 Supplement to Mangayar Malar July 2009



சலங்கைப் பணியாரம்

தேவை : பாசிப்பருப்பு - 1½ தம்ளர், வெல்லம் - ¾ தம்ளர், ஏலக்காய் - சிறிதளவு, பச்சரிசி - 1 தம்ளர், உப்பு - ஒரு சிட்டிகை, எண்ணெய் - பொரிக்க

செய்முறை : சட்டியில் பாசிப் பருப்பை வறுத்து மாவாக்கி, வெல்லப்பாகு காய்ச்சி, ஏலம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். ஊற வைத்த பச்சரியை நைசாக அரைத்து, உப்பு சேர்த்து கரைக்கவும். உருண்டைகளைக் கரைசலில் தோய்த்து, சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் பொரித்தெடுக்கவும்.

- எஸ்.கமலவேணி சண்முகசுந்தரம், கோவை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

குப்பைக்கீரை பொரித்த கூட்டு

தேவை : குப்பைக்கீரை - 3 கைப்பிடி, தேங்காய்த் துருவல், பாசிப்பருப்பு - தலா ½ கப், பச்சை மிளகாய் - 4, சீரகம் - 1 தேக்கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன் (தாளிக்க), உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கீரையைச் சுத்தம் செய்து வேகவிடவும். வெந்த பாசிப் பருப்பைச் சேர்த்து தேங்காய்த் துருவல், சீரகம், மிளகாய் விழுதையும் சேர்க்கவும். தேவையான உப்பு சேர்த்து, தாளிப்பைக் கொட்டிக் கலக்கவும்.

- ஆர்.எஸ்.லக்ஷ்மி, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 47

குப்பைக்கீரை பொரித்த கூட்டு

தேவை : குப்பைக்கீரை - 3 கைப்பிடி, தேங்காய்த் துருவல், பாசிப்பருப்பு - தலா ½ கப், பச்சை மிளகாய் - 4, சீரகம் - 1 தேக்கரண்டி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பெருங்காயம், எண்ணெய் - தலா 1 டீஸ்பூன் (தாளிக்க), உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கீரையைச் சுத்தம் செய்து வேகவிடவும். வெந்த பாசிப் பருப்பைச் சேர்த்து தேங்காய்த் துருவல், சீரகம், மிளகாய் விழுதையும் சேர்க்கவும். தேவையான உப்பு சேர்த்து, தாளிப்பைக் கொட்டிக் கலக்கவும்.

- ஆர்.எஸ்.லக்ஷ்மி, மதுரை



சட்டி பானை சமையல் 64!



நீத்தண்ணி சாதம்

தேவை : சாதம் வடித்த கஞ்சித் தண்ணீர் - 3 தம்ளர், தண்ணீர் - 1 தம்ளர், பச்சரிசி - 1½ தம்ளர், சுக்குப்பொடி - 1 டீஸ்பூன், உப்பு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : சாதம் வடித்த கஞ்சியை மூன்று நாட்கள் மண்பானையில் சேர்த்து வரவேண்டும். நான்காம் நாள் அந்தக் கஞ்சிப் பானையில், உப்பு, தண்ணீர் சேர்த்து, சுக்குப் பொடியுடன், களைந்த அரிசியைப் போட்டு வேக விடவும். கஞ்சி வடிக்காமல் அப்படியே சமைத்து மல்லி, கறிவேப்பிலை தூவ வேண்டும்.

- ஏ.முருகானந்தி, பாடி

48 Supplement to Mangayar Malar July 2009



நீத்தண்ணி சாதம்

தேவை : சாதம் வடித்த கஞ்சித் தண்ணீர் - 3 தம்ளர், தண்ணீர் - 1 தம்ளர், பச்சரிசி - 1½ தம்ளர், சுக்குப்பொடி - 1 டீஸ்பூன், உப்பு, கொத்தமல்லி, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : சாதம் வடித்த கஞ்சியை மூன்று நாட்கள் மண்பானையில் சேர்த்து வரவேண்டும். நான்காம் நாள் அந்தக் கஞ்சிப் பானையில், உப்பு, தண்ணீர் சேர்த்து, சுக்குப் பொடியுடன், களைந்த அரிசியைப் போட்டு வேக விடவும். கஞ்சி வடிக்காமல் அப்படியே சமைத்து மல்லி, கறிவேப்பிலை தூவ வேண்டும்.

- ஏ.முருகானந்தி, பாடி

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

ராகி உப்பு உருண்டை

தேவை : கேழ்வரகு மாவு - ¼ கிலோ, பெருங்காயம், கடுகு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, பச்சை மிளகாய் - 2, வெங்காயம் - 1, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : மாவில் உப்பு, சிறிது தண்ணீர் சேர்த்துப் பிசறி வைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் தாளிப்பைப் போட்டு, மிளகாய், வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கி, மாவில் கொட்டவும். மாவை உருண்டைகளாகப் பிடித்து இட்லி போல் ஆவியில் வேக வைக்கவும்.

- ஆர்.ஜானகி ரங்கநாதன், சென்னை



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 49

ராகி உப்பு உருண்டை

தேவை : கேழ்வரகு மாவு - ¼ கிலோ, பெருங்காயம், கடுகு, கறிவேப்பிலை - தாளிக்க, பச்சை மிளகாய் - 2, வெங்காயம் - 1, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : மாவில் உப்பு, சிறிது தண்ணீர் சேர்த்துப் பிசறி வைக்கவும். சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் தாளிப்பைப் போட்டு, மிளகாய், வெங்காயம் சேர்த்து வதக்கி, மாவில் கொட்டவும். மாவை உருண்டைகளாகப் பிடித்து இட்லி போல் ஆவியில் வேக வைக்கவும்.

- ஆர்.ஜானகி ரங்கநாதன், சென்னை



சட்டி பானை சமையல் 64!



மோர்ச் சாறு

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - 1 கப், தயிர் - 2 கப், தண்ணீர் - 3 கப், மிளகாய் - 2, இஞ்சி - 1 துண்டு, பெருங்காயம் - ½ டீஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : தயிரை நன்றாகக் கடைந்து, நீர் சேர்த்து மண் பானையில் ஊற்றவும். நறுக்கிய மிளகாய், இஞ்சி, கறிவேப்பிலை, பெருங்காயம் போட்டுக் கொதிக்க விட்டு, அரிசியைக் களைந்து போடவும். வெந்த பின் உப்புப் போட்டு தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் குளிரச் சாப்பிடவும்.

- க.மீனா, தூத்துக்குடி

50 Supplement to Mangayar Malar July 2009



மோர்ச் சாறு

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - 1 கப், தயிர் - 2 கப், தண்ணீர் - 3 கப், மிளகாய் - 2, இஞ்சி - 1 துண்டு, பெருங்காயம் - ½ டீஸ்பூன், உப்பு, கறிவேப்பிலை - தேவைக்கு

செய்முறை : தயிரை நன்றாகக் கடைந்து, நீர் சேர்த்து மண் பானையில் ஊற்றவும். நறுக்கிய மிளகாய், இஞ்சி, கறிவேப்பிலை, பெருங்காயம் போட்டுக் கொதிக்க விட்டு, அரிசியைக் களைந்து போடவும். வெந்த பின் உப்புப் போட்டு தேவைப்பட்டால் தண்ணீர் சேர்த்துக் குளிரச் சாப்பிடவும்.

- க.மீனா, தூத்துக்குடி

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

அம்மாஞ்சி கறி

தேவை : ஊறிய வடு மாங்காய் - 5, வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய் - தலா 1 துண்டு, கெட்டித் தயிர் - 1 கப், வெந்தயம் - ½ டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு - ½ டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : வடுமாங்காய், வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய், உப்பு சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, வெந்தயம் தாளிப்பில் விழுதைச் சேர்த்து, தயிருடன் கலக்கவும்.

- ஆர்.அனுராதா ரவீந்திரன்,
திருச்சி



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 51

அம்மாஞ்சி கறி

தேவை : ஊறிய வடு மாங்காய் - 5, வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய் - தலா 1 துண்டு, கெட்டித் தயிர் - 1 கப், வெந்தயம் - ½ டீஸ்பூன், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு - ½ டீஸ்பூன், உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : வடுமாங்காய், வற்றல் மிளகாய், பச்சை மிளகாய், தேங்காய், உப்பு சேர்த்து அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெய் விட்டு கடுகு, வெந்தயம் தாளிப்பில் விழுதைச் சேர்த்து, தயிருடன் கலக்கவும்.

- ஆர்.அனுராதா ரவீந்திரன்,
திருச்சி



சட்டி பானை சமையல் 64!



சத்து உருண்டை

தேவை : முளைகட்டிய கேழ்வரகு, தண்ணீர் - தலா 1 தம்ளர், உப்பு, பெருங்காயம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : வறுத்து அரைத்த கேழ்வரகைச் சட்டியில் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போட்டுக் கிளறவும். பிறகு, உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். சட்டியில் தண்ணீர் கொதிக்கும்போது, இந்த உருண்டைகளைப் போட்டு, ஓர் இரவு ஊற வைத்து மறுநாள் சாப்பிடவும்.

- ப்ரீதா ரங்கசாமி, சென்னை

52 Supplement to Mangayar Malar July 2009



சத்து உருண்டை

தேவை : முளைகட்டிய கேழ்வரகு, தண்ணீர் - தலா 1 தம்ளர், உப்பு, பெருங்காயம் - தலா 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : வறுத்து அரைத்த கேழ்வரகைச் சட்டியில் கொதிக்கும் தண்ணீரில் போட்டுக் கிளறவும். பிறகு, உப்பு, பெருங்காயம் சேர்த்து உருண்டைகளாக்கவும். சட்டியில் தண்ணீர் கொதிக்கும்போது, இந்த உருண்டைகளைப் போட்டு, ஓர் இரவு ஊற வைத்து மறுநாள் சாப்பிடவும்.

- ப்ரீதா ரங்கசாமி, சென்னை

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கொக்கட்டான்

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - ¼ கிலோ, பனைவெல்லம் - 200 கிராம், ஏலம் - சிறிதளவு

செய்முறை : அரிசியை சிவக்க வறுத்து, மாவாக அரைத்துக் கொள்ள வும். சட்டியில், பனைவெல்லத்தைப் பாகு வைத்து மண் நீக்கவும். ஏலம், மாவு இரண்டையும் சேர்த்து, நீளமாக சாக்பீஸ் வடிவத்தில் உருட்டிவைக்கவும். (சூட்டோடு செய்ய வேண்டும்.)

- மீனா சுந்தர், எடப்பாடி



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 53

கொக்கட்டான்

தேவை : புழுங்கல் அரிசி - ¼ கிலோ, பனைவெல்லம் - 200 கிராம், ஏலம் - சிறிதளவு

செய்முறை : அரிசியை சிவக்க வறுத்து, மாவாக அரைத்துக் கொள்ள வும். சட்டியில், பனைவெல்லத்தைப் பாகு வைத்து மண் நீக்கவும். ஏலம், மாவு இரண்டையும் சேர்த்து, நீளமாக சாக்பீஸ் வடிவத்தில் உருட்டிவைக்கவும். (சூட்டோடு செய்ய வேண்டும்.)

- மீனா சுந்தர், எடப்பாடி



சட்டி பானை சமையல் 64!



பொரிமா உருண்டை

தேவை : பச்சரிசி - 1கப், அச்சு வெல்லம் - 7 கட்டி, தேங்காய்த் துருவல் - ¼ கப், நெய் - 3 தேக்கரண்டி, பால் - ¼ கப்

செய்முறை : சட்டியில் அரிசியை சிவக்க வறுத்து மாவாக்கவும். பிறகு, அரிசி, பொடித்த அச்சு வெல்லம், தேங்காய்த் துருவல் சேர்க்கவும். சட்டியில் நெய்யைச் சூடாக்கி, மாவில் ஊற்றி, இலேசாகப் பாலையும் தெளித்து உருண்டைகளாக்கவும்.

- மைதிலி சுந்தரம், புரசைவாக்கம்

54 Supplement to Mangayar Malar July 2009



பொரிமா உருண்டை

தேவை : பச்சரிசி - 1கப், அச்சு வெல்லம் - 7 கட்டி, தேங்காய்த் துருவல் - ¼ கப், நெய் - 3 தேக்கரண்டி, பால் - ¼ கப்

செய்முறை : சட்டியில் அரிசியை சிவக்க வறுத்து மாவாக்கவும். பிறகு, அரிசி, பொடித்த அச்சு வெல்லம், தேங்காய்த் துருவல் சேர்க்கவும். சட்டியில் நெய்யைச் சூடாக்கி, மாவில் ஊற்றி, இலேசாகப் பாலையும் தெளித்து உருண்டைகளாக்கவும்.

- மைதிலி சுந்தரம், புரசைவாக்கம்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

கிளறி கொட்டின அடை

தேவை : பச்சரிசி - 2 கப், துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா - ¼ கப், தேங்காய்த் துருவல் - ¼ கப், சீரகம், ஓமம், மிளகு - தலா 2 டேபிள் டீஸ்பூன் (நுணுக்கியது), பெருங்காயம், உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : அரிசி, பருப்புக்களை ரவையாக உடைத்து மாவை சலித்து நீக்கவும். சட்டியில் 1 கப் ரவைக்கு ஒண்ணேகால் தண்ணீரில் உப்பு, மிளகு, சீரகம், பெருங்காயம், ஓமத்தைக் கொதி நீரில் சேர்த்து, கடைசியில் தேங்காய்த் துருவல் கலக்கவும். அந்த மாவை அடைகளாகச் சட்டியில் தட்டி, எண்ணெய் விட்டு எடுக்கவும்.

- கே.ஜானகி அம்மாள், பெங்களூரு



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 55

கிளறி கொட்டின அடை

தேவை : பச்சரிசி - 2 கப், துவரம் பருப்பு, கடலைப் பருப்பு - தலா - ¼ கப், தேங்காய்த் துருவல் - ¼ கப், சீரகம், ஓமம், மிளகு - தலா 2 டேபிள் டீஸ்பூன் (நுணுக்கியது), பெருங்காயம், உப்பு - தேவைக்கு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : அரிசி, பருப்புக்களை ரவையாக உடைத்து மாவை சலித்து நீக்கவும். சட்டியில் 1 கப் ரவைக்கு ஒண்ணேகால் தண்ணீரில் உப்பு, மிளகு, சீரகம், பெருங்காயம், ஓமத்தைக் கொதி நீரில் சேர்த்து, கடைசியில் தேங்காய்த் துருவல் கலக்கவும். அந்த மாவை அடைகளாகச் சட்டியில் தட்டி, எண்ணெய் விட்டு எடுக்கவும்.

- கே.ஜானகி அம்மாள், பெங்களூரு



சட்டி பானை சமையல் 64!



முருங்கைக் குச்சி, கீரைக் குச்சி குழம்பு

தேவை : முருங்கை - 4, கீரைத் தண்டு - 2, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய் வற்றல் - 10, தனியா - 4 டீஸ்பூன், மிளகு - ½ டீஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4, சின்ன வெங்காயம் - 10, கடலைப் பருப்பு - 2 டீஸ்பூன், கடுகு, வெந்தயம், மஞ்சள் பொடி - தாளிக்க, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : மிளகாய், தனியா, மிளகு, கடலைப் பருப்பை வறுத்து அரைக்கவும். சட்டியில் காயும் எண்ணெயில் விழுதைத் தாளித்து பூண்டு, வெங்காயம், மிளகாய் விழுதையும் சேர்த்து புளியைக் கரைத்து ஊற்றவும். பிறகு, உப்பு போட்டு வேக வைத்து முருங்கை, கீரைத் தண்டினைப் போட்டு கொதிக்க விடவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புது டில்லி

56 Supplement to Mangayar Malar July 2009



முருங்கைக் குச்சி, கீரைக் குச்சி குழம்பு

தேவை : முருங்கை - 4, கீரைத் தண்டு - 2, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய் வற்றல் - 10, தனியா - 4 டீஸ்பூன், மிளகு - ½ டீஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4, சின்ன வெங்காயம் - 10, கடலைப் பருப்பு - 2 டீஸ்பூன், கடுகு, வெந்தயம், மஞ்சள் பொடி - தாளிக்க, கறிவேப்பிலை, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : மிளகாய், தனியா, மிளகு, கடலைப் பருப்பை வறுத்து அரைக்கவும். சட்டியில் காயும் எண்ணெயில் விழுதைத் தாளித்து பூண்டு, வெங்காயம், மிளகாய் விழுதையும் சேர்த்து புளியைக் கரைத்து ஊற்றவும். பிறகு, உப்பு போட்டு வேக வைத்து முருங்கை, கீரைத் தண்டினைப் போட்டு கொதிக்க விடவும்.

- ஜெயலக்ஷ்மி, புது டில்லி

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

சுண்டைத் துவையல்

தேவை : மலைச் சுண்டைக்காய் - ½ கப், கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, தேங்காய்த் துருவல் -தலா 2 டீஸ்பூன், கடுகு, கெட்டிப் புளி கரைசல், பொடித்த வெல்லம், நறுக்கிய வெங்காயம் - தலா 1 டீஸ்பூன், நறுக்கிய தக்காளி - 2 டேபிள் டீஸ்பூன், மிளகாய் - 4, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் சுண்டைக் காயைத் தட்டிப் போட்டு வதக்கி எடுக்கவும். பருப்பு வகைகள், மிளகாய் சேர்த்து, வெங்காயம் தக்காளி வதக்கி, புளி, உப்பு, வெல்லம் சேர்த்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு அரைக்கவும். சுவையான துவையல் தயார்!

- உஷா சுரேஷ், முகப்பேர்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 57

சுண்டைத் துவையல்

தேவை : மலைச் சுண்டைக்காய் - ½ கப், கடலைப் பருப்பு, உளுத்தம் பருப்பு, தேங்காய்த் துருவல் -தலா 2 டீஸ்பூன், கடுகு, கெட்டிப் புளி கரைசல், பொடித்த வெல்லம், நறுக்கிய வெங்காயம் - தலா 1 டீஸ்பூன், நறுக்கிய தக்காளி - 2 டேபிள் டீஸ்பூன், மிளகாய் - 4, உப்பு, எண்ணெய் - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் சுண்டைக் காயைத் தட்டிப் போட்டு வதக்கி எடுக்கவும். பருப்பு வகைகள், மிளகாய் சேர்த்து, வெங்காயம் தக்காளி வதக்கி, புளி, உப்பு, வெல்லம் சேர்த்து எல்லாவற்றையும் ஒன்றாகப் போட்டு அரைக்கவும். சுவையான துவையல் தயார்!

- உஷா சுரேஷ், முகப்பேர்



சட்டி பானை சமையல் 64!



குப்பை மேனி கீரை மசியல்

தேவை : குப்பை மேனி கீரை - 2 கப், வெங்காயம் - ¼ கப், எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பச்சை மிளகாய் - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயம், சுத்தம் செய்த கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். தேவையான அளவு தண்ணீருடன் உப்பு போட்டு மசிக்கவும்.

- எம்.ஜெயஸ்ரீ, சேலம்

58 Supplement to Mangayar Malar July 2009



குப்பை மேனி கீரை மசியல்

தேவை : குப்பை மேனி கீரை - 2 கப், வெங்காயம் - ¼ கப், எண்ணெய் - 1 டீஸ்பூன், கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, பச்சை மிளகாய் - தாளிக்க, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் எண்ணெய் காய்ந்ததும் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு, மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயம், சுத்தம் செய்த கீரையைச் சேர்த்து வதக்கவும். தேவையான அளவு தண்ணீருடன் உப்பு போட்டு மசிக்கவும்.

- எம்.ஜெயஸ்ரீ, சேலம்

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

குருணை மசாலாப் பொங்கல்

தேவை : பச்சரிசி குருணை - 1 கப், பாசிப் பருப்பு - ½ கப், பால் - 2 கப், நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4 பல், பெரிய வெங்காயம் - 1 , இஞ்சி - 1 துண்டு, மிளகு, சீரகம் பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - 2, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் குருணை, பாசிப் பருப்பு இரண்டையும் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு, நெய் ஊற்றி பூண்டு, இஞ்சி, வெங்காயம், மிளகாய், மிளகு, சீரகப் பொடி சேர்க்கவும். தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி, பருப்பைப் போட்டு, பால் சேர்த்து, குழைய வேகவிடவும். கறிவேப்பிலை தூவி இறக்கவும்.

- **எஸ்.ராமலக்ஷ்மி, தஞ்சாவூர்**



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 59

குருணை மசாலாப் பொங்கல்

தேவை : பச்சரிசி குருணை - 1 கப், பாசிப் பருப்பு - ½ கப், பால் - 2 கப், நெய் - 2 டேபிள் ஸ்பூன், பூண்டு பற்கள் - 4 பல், பெரிய வெங்காயம் - 1 , இஞ்சி - 1 துண்டு, மிளகு, சீரகம் பொடி - தலா 1 டீஸ்பூன், பச்சை மிளகாய் - 2, கறிவேப்பிலை, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் குருணை, பாசிப் பருப்பு இரண்டையும் வறுத்து எடுத்துக் கொள்ளவும். பிறகு, நெய் ஊற்றி பூண்டு, இஞ்சி, வெங்காயம், மிளகாய், மிளகு, சீரகப் பொடி சேர்க்கவும். தண்ணீர் ஊற்றி அரிசி, பருப்பைப் போட்டு, பால் சேர்த்து, குழைய வேகவிடவும். கறிவேப்பிலை தூவி இறக்கவும்.

- **எஸ்.ராமலக்ஷ்மி, தஞ்சாவூர்**



சட்டி பானை சமையல் 64!



கேழ்வரகு புளி அடை

தேவை : கேழ்வரகு மாவு - ¼ கிலோ, சின்ன வெங்காயம் - 100, பச்சை மிளகாய் - 2, எலுமிச்சம் பழச்சாறு - ½ மூடி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா ½ டீஸ்பூன், முருங்கைக் கீரை - 1 கைப்பிடி, உப்பு - சிறிதளவு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து வெங்காயம், மிளகாய், முருங்கைக் கீரையை வதக்கவும். மாவின் இரண்டு மடங்கு தண்ணீர் ஊற்றி கொதிக்கும் சட்டியில் மாவைப் போட்டுக் கிளறி, எலுமிச்சை சாறினைக் கலந்து உப்பு சேர்த்து இறக்கவும். பிறகு, சட்டியில் அடைகளாகத் தட்டவும்.

- கே.மகாலக்ஷ்மி, திண்டுக்கல்

60 Supplement to Mangayar Malar July 2009



கேழ்வரகு புளி அடை

தேவை : கேழ்வரகு மாவு - ¼ கிலோ, சின்ன வெங்காயம் - 100, பச்சை மிளகாய் - 2, எலுமிச்சம் பழச்சாறு - ½ மூடி, கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு - தலா ½ டீஸ்பூன், முருங்கைக் கீரை - 1 கைப்பிடி, உப்பு - சிறிதளவு

செய்முறை : சட்டியில் காய்ந்த எண்ணெயில் கடுகு, உளுத்தம் பருப்பு தாளித்து வெங்காயம், மிளகாய், முருங்கைக் கீரையை வதக்கவும். மாவின் இரண்டு மடங்கு தண்ணீர் ஊற்றி கொதிக்கும் சட்டியில் மாவைப் போட்டுக் கிளறி, எலுமிச்சை சாறினைக் கலந்து உப்பு சேர்த்து இறக்கவும். பிறகு, சட்டியில் அடைகளாகத் தட்டவும்.

- கே.மகாலக்ஷ்மி, திண்டுக்கல்

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

மச்சான் மஞ்சப் பொரி



தேவை : அரிசிப் பொரி - 1 கிலோ, முழு பூண்டு - 1, மஞ்சள் தூள் - 1½ டீஸ்பூன், தேங்காய் எண்ணெய் - 100 மில்லி, சிவப்பு மிளகாய் - 3, கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தேங்காய் எண்ணெயை ஊற்றி, மிளகாய், தோலுரித்து நசுக்கிய பூண்டு, கறி வேப்பிலை தாளித்து, மஞ்சள் பொடி சேர்க்கவும். அரிசிப் பொரியைப் போட்டு, உப்பு தூவி மொறுமொறுப்பாகும் வரை பிரட்டவும்.

- எஸ்.விஜயா சீனிவாசன்,
திருவெறும்பூர்

சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 61

மச்சான் மஞ்சப் பொரி

தேவை : அரிசிப் பொரி - 1 கிலோ, முழு பூண்டு - 1, மஞ்சள் தூள் - 1½ டீஸ்பூன், தேங்காய் எண்ணெய் - 100 மில்லி, சிவப்பு மிளகாய் - 3, கறிவேப்பிலை - சிறிதளவு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் தேங்காய் எண்ணெயை ஊற்றி, மிளகாய், தோலுரித்து நசுக்கிய பூண்டு, கறி வேப்பிலை தாளித்து, மஞ்சள் பொடி சேர்க்கவும். அரிசிப் பொரியைப் போட்டு, உப்பு தூவி மொறுமொறுப்பாகும் வரை பிரட்டவும்.

- எஸ்.விஜயா சீனிவாசன்,
திருவெறும்பூர்

சட்டி பானை சமையல் 64!





உக்காளிப் பொடி

தேவை : பச்சரிசி - ¼ கிலோ, சர்க்கரை - 200 கிராம், எண்ணெய் - 200 மில்லி, ஏலம் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : அரிசியை இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து, நைசாக அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி மாவைக் கொட்டிக் கிளறவும். மாவு உதிர்ந்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து மீண்டும் கிளறவும். மாவு நன்கு வெந்த பிறகு இறக்கவும்.

- ஜெயஸ்ரீ கோபாலன், சென்னை

62 Supplement to Mangayar Malar July 2009



உக்காளிப் பொடி

தேவை : பச்சரிசி - ¼ கிலோ, சர்க்கரை - 200 கிராம், எண்ணெய் - 200 மில்லி, ஏலம் - 1 டீஸ்பூன்

செய்முறை : அரிசியை இரண்டு மணி நேரம் ஊற வைத்து, நைசாக அரைக்கவும். சட்டியில் எண்ணெயை ஊற்றி மாவைக் கொட்டிக் கிளறவும். மாவு உதிர்ந்ததும் சர்க்கரை, ஏலம் சேர்த்து மீண்டும் கிளறவும். மாவு நன்கு வெந்த பிறகு இறக்கவும்.

- ஜெயஸ்ரீ கோபாலன், சென்னை

என்றும் உங்களுடன் மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!

பச்சைப் பயிறு மசியல்

தேவை : பச்சைப் பயிறு - 150 கிராம், பச்சை மிளகாய் - 4, நறுக்கிய வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஆறு மணி நேரம் ஊறிய பயிறைச் சட்டியில் நன்கு குழைய விடவும். சட்டியில் எண்ணெய் சூடானதும் கடுகு, பச்சை மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கி, உப்பு சேர்க்கவும். வெந்த பயிறைக் கலக்கவும். கெட்டியாகும்வரைக் கொதிக்க விடவும்.

- மீனாட்சி குருராஜ், கருமண்டபம்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Supplement to Mangayar Malar July 2009 63

பச்சைப் பயிறு மசியல்

தேவை : பச்சைப் பயிறு - 150 கிராம், பச்சை மிளகாய் - 4, நறுக்கிய வெங்காயம் - 1 கப், எண்ணெய் - 2 டீஸ்பூன், கடுகு, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : ஆறு மணி நேரம் ஊறிய பயிறைச் சட்டியில் நன்கு குழைய விடவும். சட்டியில் எண்ணெய் சூடானதும் கடுகு, பச்சை மிளகாய்த் தாளித்து, வெங்காயத்தை வதக்கி, உப்பு சேர்க்கவும். வெந்த பயிறைக் கலக்கவும். கெட்டியாகும்வரைக் கொதிக்க விடவும்.

- மீனாட்சி குருராஜ், கருமண்டபம்



சட்டி பானை சமையல் 64!

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 09 - 11 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 09 - 11* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar July 2009 issue



அப்பளக் குழம்பு

தேவை : பொடித்த அப்பளங்கள், வர மிளகாய் - தலா 6, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய்த் தூள், கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு, து. பருப்பு - தலா 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம், வெந்தயம், மஞ்சள் தூள் - ½ டீஸ்பூன், நல்ல எண்ணெய் - 1 கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கடுகு, உ.பருப்பு, க.பருப்பு, து.பருப்பு, மிளகாய்ப் போட்டு தாளித்து, பொரித்த அப்பளத்தை சிறு துண்டுகளாக்கி போடவும். அரைத் தம்ளர் தண்ணீர்விட்டு உப்பு, மஞ்சள் தூள், மிளகாய்த் தூள், பெருங்காயம், வெந்தயம், புளித்தண்ணீர் சேர்க்கவும். நன்கு கொதிக்க இறக்கினால் அப்பளக் குழம்பு தயார்!

- வசந்தா வேணுகோபால், சென்னை

தொகுப்பு :
மாலதி சந்திரசேகரன்
கார்டூன்ஸ் - **பிள்ளை**

64 Supplement to Mangayar Malar July 2009

Registered with the Registrar of Newspaper of India under No. 30309/75 * Registered No. TN / CC (S) DN / 170 / 09 - 11 * Licensed to post without prepayment under PMG's Licence No. WPP TN / CC (S) DN / 103 / 09 - 11* Registered as a Newspaper in Srilanka. Supplement to the Mangayar Malar July 2009 issue



அப்பளக் குழம்பு

தேவை : பொடித்த அப்பளங்கள், வர மிளகாய் - தலா 6, புளி - எலுமிச்சை அளவு, மிளகாய்த் தூள், கடுகு, உ. பருப்பு, க. பருப்பு, து. பருப்பு - தலா 1 டீஸ்பூன், பெருங்காயம், வெந்தயம், மஞ்சள் தூள் - ½ டீஸ்பூன், நல்ல எண்ணெய் - 1 கரண்டி, உப்பு - தேவைக்கு

செய்முறை : சட்டியில் கடுகு, உ.பருப்பு, க.பருப்பு, து.பருப்பு, மிளகாய்ப் போட்டு தாளித்து, பொரித்த அப்பளத்தை சிறு துண்டுகளாக்கி போடவும். அரைத் தம்ளர் தண்ணீர்விட்டு உப்பு, மஞ்சள் தூள், மிளகாய்த் தூள், பெருங்காயம், வெந்தயம், புளித்தண்ணீர் சேர்க்கவும். நன்கு கொதிக்க இறக்கினால் அப்பளக் குழம்பு தயார்!

- வசந்தா வேணுகோபால், சென்னை

தொகுப்பு :
மாலதி சந்திரசேகரன்
கார்டூன்ஸ் - **பிள்ளை**

என்றும் உங்களுடன்
மங்கையர் மலர் தரத்திலும் நம்பர் 1 மகளிர் மாத இதழ்!